વિષૂચિકા (કૉલેરા) સંબંધી ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ.

લેખક તથા પ્રકાશકઃ

નટવરલાલ કનૈયાલાલ વૈષ્ણવ.

(The St. John Ambulance Association Certificates Holder.)

જુનાગઢ (કાઠિયાવાડ.)

વિ. સંવત ૧૯૭૬. ઈ. સ. ૧૯૨૦.

કિંમત આઠ આના.

નીમચ, (બી. બી. એન્ડ સી. આઇ રેલ્વે

તારીખ ૧૦-૭-૧૯૧૮.

આપે મોકલેલો "વિષૂચિકા (કોલેરા) સંબંધે ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા સામાન્ય ઓષધ નામનો લેખ મ્હેં ઘણીજ કાળજી સાથે વાંચ્યો છે. આ વિદ્વાન વૈદ્યો-તથા-ડોકટરોના લેખોનું અવલોકન કરી લ[illegible] સિદ્ધ થયો છે, જેથી તેમાં કોઇ પણ પ્રકારે સુધારો-વ[illegible] કરવાપણું રહેતું નથી. આવો ઉપયોગી લેખ જનસ[illegible] રજુ કર્યો છે તેથી ધન્યવાદ ઘટે છે ને આશા છે ઘણોજ પ્રીતિ પાત્ર નિવડશે.

(સહી) માણેકલાલ રવિશંકર ઘોડા

એલ. એમ. એન્ડ એસ.

આસિસ્ટંટ સર્જન, બી. બી. એન્ડ સી. આઇ.

વિષૂચિકા (કૉલેરા) સંબંધી ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ.

લેખક તથા પ્રકાશકઃ

નટવરલાલ કનૈયાલાલ વૈષ્ણવ.

(*The St. John Ambulance Association Certificates Holder.*)

જુનાગઢ (કાઠિયાવાડ.)

વિ. સંવત ૧૯૭૬. ઈ. સ. ૧૯૨૦.

અમદાવાદ

શ્રી ગુજરાત પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં શા. સોમાભાઈ મંગળદાસે છાપ્યું.

ઠે. પાંચકુવા, હરણુવાળી પોળ.

કિંમત આઠ આના.

રા. રા. નટવરલાલ કનૈયાલાલ વૈષ્ણવ.

તમારા તરફથી ' કોલેરા ' સંબંધીનો લેખ વાંચવા માટે મોકલવામાં આવ્યો તે વાંચી જોતાં તમોએ લીધેલા શ્રમ માટે જેટલો ધન્યવાદ આપીએ તેટલો ઓછો છે. ઘણે ભાગે દરેક માણસથી પહોંચી શકાય તેમજ મેળવી શકાય તેવી ઘરગતુ દવાઓનો તેમાં સમાવેશ કર્યો છે તે ખાસ ધ્યાન ખેંચે છે. તે સાથે વિલાયતી ઉપચારો પણ સાદા વપરાશવાળા તમોએ તેની અંદર સૂચવ્યા છે તે પણ બહુજ પ્રશંસનિય છે. તમારો લેખ જનસમાજને ઘણોજ ઉપયોગી થઈ પડે તેવો છે અને તે માટે હું તમોને અંતઃકરણથી ફતેહ ઈચ્છું છું.

(Sd). Jhaverilal G. Vasavada, L. M. & S.
આસિસ્ટંટ સર્જન, જનરલ હૉસ્પીટલ.
જુનાગઢ.

જુનાગઢ.
તા. ૬૫–૮–૧૯૧૯.

અર્પણ પત્રિકા.

ખુદાવીંદ નેક નામદાર ઠાકોર સાહેબ
શ્રી ૧૦૭ હ.રેશ્ચંદ્રસિંહજી હેમતસિંહજી,
સ્વસ્થાન મુળી.

નામદાર સાહેબ,

યૈાવન, લક્ષ્મી અને રાજ્ય સત્તાનેા આપ નામદારના ભાગ્યશાળી જીવનમાં મધુર સંયેાગ થયેલેા છતાં સરલતા, રૈયતને સુખી અને આબાદ રાખવાની અમાપ ઉત્સુકતા, વિદ્યા વૃદ્ધિના ઉપાયેામાં પ્રમુખતા અને સદ્ગ્રંથેાના લેખકેા તરફ સહાનુકમ્પા વગેરે અસાધારણ ગુણેા આપ સાહેબમાં સંપૂર્ણ ખીલેલા નીહાળી અને તેથી આકર્ષાઇ આ સર્વોપયેાગી પુસ્તક આપ નામદારને અર્પણ કરતાં અતિ આનંદ પામું છું.

આપ નામદારનેા આભારી,
નટવરલાલ કનૈયાલાલ વૈષ્ણવ.

No. 36 of 1916.

MUNICIPAL OFFICE.

Junagadh, 20th June 1916.

This is to Certify that *Mr. Natwarlal Kaniyalal Vaishnav* has attended all the Lectures in the "HOME HYGIENE CLASS," conducted by me in last February and March 1916, and that he has shown great enthusiasm to understand the principles.

(Sd.) **Shivshanker V. Dave.**

S. A. S., M. R. San I.

Health Officer & Municipal Secretary.

JUNAGADH.

પ્રસ્તાવના.

વિદ્વાન વૈદ્યો-ડૉક્ટરો તથા અનુભવિઓના "કૉલેરા" સંબંધે વિસ્તારથી લખાયેલા-વિશ્વાસ પાત્ર-જુદા જુદા ગ્રંથો, લેખો અને ભાષણોનું લાંબા વખત સુધી વાંચન-મનન અને-ચેપી એક માણસથી બીજા માણસને ઉડે (કૉલેરા, મરકી, મરડો, ટાઈફોઇડ તાવ, ક્ષય, શીતળા) ટાઢીયો તાવ અને રેતાળ પ્રદેશની માખોનો તાવ-એવા રોગો અને તેનો અટકાવ, હવા અને તેનો અવર જવર, પાણી અને તે પુરૂં પાડવાનાં સાધનો, ખોરાક, કપડાં, ઘરો અને તેની આસપાસના સંજોગો, કચરાનો નિકાલ, જીવજંતુ અને તેથી થતાં દર્દો, ચેપની નાશ કરવાની રીતો વિગેરે વિગેરે વિષયોનું "ગૃહ આરોગ્યવિદ્યા" (Home Hygiene & Sanitation) ના વર્ગમાં ધારણુસર શિક્ષણ લઇ પરીક્ષા પાસ કરી-સર્ટીફીકેટ મેળવ્યા પછી-"કૉલેરા" જેવા મોટા આફતના વખતમાં નાનાં ગામો કે એવાં બીજાં સ્થળો કે જ્યાં વૈદ્ય-ડૉક્ટરની મદદ મેળવી નજ શકાય તેમ હોય ત્યાં સામાન્ય વર્ગના લોકોને "કૉલેરાનું સ્વરૂપ" અને તેમાંથી "બચવાના બની શકતા ઉપાયો" જાણવાનો માર્ગ સરલ થઇ અણીને પ્રસંગે ઉપયોગી થઇ પડે એ ઉચ્ચ હેતુથી આ ન્હાનું પુસ્તક તૈયાર

કરવામાં આવેલ છે અને તેથી કોઇને પણ આ પુસ્તકથી કાંઇ ફાયદો થશે તો મ્હેં લીધેલો શ્રમ સફળ થયેલો છે તેમ સમજીશ.

આ સર્વોપયોગી લઘુ લેખ છપાતાં પહેલાં તેને કાળજી-પૂર્વક વાંચી જવા માટે બી. બી. એન્ડ સી. આઈ. રેલ્વે મેડીકલ ઓફીસર ડો. માણેકલાલ રવિશંકર ઘોડા, એલ. એમ. એન્ડ એસ. તથા જુનાગઢ જનરલ હોસ્પીટલ આસિસ્ટંટ સર્જન ઝવે-રીલાલ ગિરજાશંકર વસાવડા, એલ. એમ. એન્ડ એસ. તરફથી જે શ્રમ લેવામાં આવ્યો છે તે માટે હું તેઓનો તેમજ જે જે વિદ્વાન વૈદ્યો-ડાકટરો તથા અનુભવીઓના ખાસ ખાત્રિ લાયક અનેક લેખોના આધારે આ સર્વોપયોગી પુસ્તક તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે તે સર્વનો આ સ્થળે હું અંતઃકરણ પૂર્વક આભાર માનું છું.

છેવટે, જગતૂપિતા, મનુષ્ય જાતને, કરોડો કિમતી જાનોનો કવખતે કાળીઓ કરી જનારા-ચેપી રોગોના પંજામાંથી બચાવી દીર્ઘાયુ બનાવો એજ યાચના !

અશાડ વદિ ૧૦, મંગળવાર
વિ. સં. ૧૯૭૫.
જુનાગઢ (કાઠીયાવાડ.)

નટવરલાલ કનૈયાલાલ વૈષ્ણવ.

અનુક્રમણિકા.

વિષૂચિકા (કૉલેરા)

સંબંધી ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ.

કૉલેરાની ઉત્પત્તિનું મૂળ કારણ-સૂક્ષ્મ જંતુઓ:—

સૂક્ષ્મદર્શકયંત્ર વડેજ જોઈ શકાય તેવા ઝીણા જંતુઓ કૉલેરાની ઉત્પત્તિના કારણરૂપ છે. એ જંતુઓ પહેલ વહેલા ઈ. સ. ૧૮૮૪ માં કલકત્તાના કૉલેરા કમીશન ઉપર નીમાયેલા ડૉક્ટર કૉક નામના એક વિદ્વાને શોધી કાઢયા છે. એ જંતુઓ કાદવ, કીચડ, મેલ ઉપર જીવે છે, અને તેની સંખ્યા ઘણી ઘણી ઝડપથી વધે જાય છે. એ જંતુઓ સુકાય જાય છે તોપણ તેઓમાં જીવ રહે છે. માત્ર તેવી હાલતમાં તેઓની સંખ્યા વધી શકતી નથી. ફરી અનુકૂળ સંજોગો પ્રાપ્ત થયે તેઓની સંખ્યા વધી શકે છે.

કૉલેરાનાં જુદાં જુદાં નામો:—

કૉલેરા—વિષૂચિકા, મહામારી, અકાળમૃત્યુ, કોગળીયું, નઠારૂં, માતાનું, હૈજા, ડાક ઇત્યાદિ જુદે જુદે નામે જુદા જુદા દેશમાં ઓળખાય છે. તે સખ્ત અને ખાસ ઉડતો ચેપી રોગ છે.

કૉલેરાનાં ખાસ લક્ષણો:—

જેને એ દરદ લાગુ થવાનું હોય છે તેને થોડી બેચેની થાય છે. પછી ઉખંકા થાય છે. ચાલુ ઉલટી, ચુંક સાથેના અગર ચુંક વગરના પાતળા–ચોખાના ઓસામણ જેવા ઝાડા, થોડો થોડો પેસાબ અગર તદ્દન પેસાબનું પેદા થવું બંધ પડવું, પુષ્કળ પસીનો અને શરીરની તદ્દન નિર્બળતા, હાથ પગનાં આંગળાંની કરચલીઓ, આંખો ઉંડી ઉતરી જવી, ચેહેરામાં ચિંતા, હાથ, પગ અને જાંગના અસહ્ય ગોઠલા તેથી હાથ પગ પછાડવા, શ્વાસમાં ગભરાટ અને તેની રૂંધણુ અને તેથી થતી બેચેની, અવાજનું મંદ પડવું–ખોખરો અને કોઇ કોઇ વખતે તદ્દન બેઠેલો હોય છે. મંદ અવાજથી "તરસ લાગે છે" "છાતી બળે છે" તેમ દર્દીએ કહ્યા કરવું, હાથ પગ પછાડવા, નાડી–ઉતાવળી, નાની અને આંગળી વડે દબાવ્યાથી બંધ પડતી લાગે છે. શરીરની ગરમી જલદીથી જતી રહે છે એટલે શીત આવે છે. હાથ પગ તદ્દન ઠંડા અને શીતલ અને પછી તે દર્દીને ઝોબા આવે છે.

કૉલેરા અને તેનો જુદી જુદી ઋતુ સાથે સંબંધ:—

ગરમીથીજ કૉલેરા ફાટી નીકળતો નથી, તેમ ઠંડીથી બંધ પણ પડી જતો નથી. જે ચોમાસામાં વર્ષાદ થોડો પડયો હોય છે તેના પછીના ઉનાળામાં કૉલેરા ફાટી નીકળવાની ધાસ્તી વધારે છે. તેમ ધોધબંધ વર્ષાદ પડવાથી કૉલેરાનું ઝેર ધોવાય જાય છે અને રોગ ઘણો ઓછો થઇ જાય છે. ભયંકર આગ લાગવાથી પણ તેટલી જગ્યામાં કૉલેરાના જંતુનું ઝેર નાશ પામે છે દુષ્કાળથી

એ રોગમાં જબરો વધારો થાય છે. કારણકે દુષ્કાળમાં લોકોનો મોટો ભાગ ગમે તેવો હલકો ખોરાક ખાય છે અને તેથી રોગની સાથે ટક્કર ઝીલી ન શકે તેવાં તેમનાં શરીર નબળાં થઇ ગયેલાં હોય છે.

કૉલેરામાં મરણ પ્રમાણઃ—

જુદા જુદા દેશના રોગચાળામાં મરણની સંખ્યા જુદી જુદી આવે છે; કોઈ વખતે સેંકડે ૮૦ ટકા મરણ થાય છે. પણ ઘણું કરીને ૨૫ ટકાથી તે ૮૦ ટકા મરણ થાય છે. કૉલેરાથી ૨,૮૮,૦૪૭ મરણો સને ૧૯૧૬–૧૭ ની સાલમાં થયાનું સરકારી રીપોર્ટમાં જણાવેલું છે. એમ કહેવાય છે કે કૉલેરાથી સ્ત્રીઓ કરતાં પુરૂષોમાં વધારે મરણો થાય છે. પરંતુ ૨૫ વર્ષની ઉમ્મર સુધી સ્ત્રીઓમાં મરણો વધારે હોય છે. ન્હાની ઉમ્મરમાં તથા વૃદ્ધાવસ્થામાં વધારે મરણો થાય છે. કારણકે બચપણ અને ઘડપણ એ બન્ને વયમાં શરીરમાં શક્તિ ઓછી હોય છે. જો ગર્ભિણી સ્ત્રીને કૉલેરાનો રોગ લાગુ પડે છે તો ગર્ભસ્થાન ઉપર અસર થઇ તેમાંથી લોહી વહી ગર્ભ પડી જઇ શ્વાસ તથા હેડકી થઇ સ્ત્રીનું મરણ થાય છે. એટલા માટે જયાં કૉલેરાનો રોગ ચાલતો હોય ત્યાંથી ગર્ભિણી સ્ત્રીને બની શકે તેઓએ તો અવશ્ય ખેસવવી જોઇએ.

કૉલેરાનો ફેલાવો માખીઓ કેવી રીતે કરે છે !

માખી જેવું ન્હાનું પ્રાણી–કૉલેરા જેવા ભયંકર રોગનો ભારે ફેલાવો કરવાનું મ્હોટું સાધન થઇ પડે છે. " માખી ચંદન

પરહરે અને દુર્ગન્ધ હોય ત્યાં જાય." એ સત્ય છે. કેમકે માખી સુગન્ધમય ચીજોનો ત્યાગ કરી ઝાડા, પેસાબ, ઉલટી વિગેરે ગંદી ચીજો ઉપર બેસવા ઉઠવાનું વધારે પસંદ કરતી જોવાય છે. કૉલેરાના દર્દીનાં ઝાડો, પેસાબ, ઉલટી વિગેરે બહાર એમને એમ કોઇએ ફેંકી દીધાં હોય છે અને તેવી ચેપવાળી વસ્તુઓ ઉપર માખી બેસે ઉઠે છે તો તેનાં પગ તથા પાંખોને તેવી ચીજો ઉપરના જંતુઓ વળગે છે, અને તે માખ તેવી ચીજો ઉપરથી ઉડી ગમે તે ઘરમાં ઉડી જઇ જે જે ખોરાક, પાણી, દૂધ વિગેરે ખુલ્લાં હોય છે તે ઉપર બેસે છે કે તરતજ તે તે ચીજોમાં તે ચેપ દાખલ કરી દે છે. કૉલેરાના રોગ સંબંધે બહુ કાળજીપૂર્વક શોધ ખોળ કરવામાં મચી રહેલા વિદ્વાન ડૉકટરોએ એવી માખનું પેટ ચીરી જોતાં તેમાં એ જંતુઓ ત્રણ દિવસ સુધી જીવતા જોવામાં આવ્યાનું લખેલ છે. આવી રીતે કૉલેરા, ટાઇફોઇડ વિગેરે મહાન્ ચેપી રોગોનો ફેલાવો કરનાર માખીને ઘણા ડોકટરો મનુષ્ય પ્રાણીનો કટ્ટો દુશ્મન સમજે છે.

કૉલેરાનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી તેની અસર બહાર જણાતાં લાગતો વખતઃ—

શરીરમાં કૉલેરાનું ઝેર દાખલ થયા પછી તે ૨૪ કલાકથી તે ૩ દિવસમાં પોતાનું જોર બતાવે છે.

કૉલેરાના દરજજા—

કૉલેરાના રોગનાં લક્ષણો ધીમે ધીમે ઉત્પન્ન થાય છે અને તેથી કરીને તે રોગના ત્રણ દરજજા નીચે પ્રમાણે પાડેલા છેઃ—

૧. રોગનો હુમલો—રોગનું પ્રત્યક્ષ (બહાર) દેખાઇ આવવું.

૨. ઝોબો આવવો.

૩. રોગમાંથી બચી જવું.

૧. રોગનો હુમલો—રોગનું પ્રત્યક્ષ (બહાર) દેખાઇ આવવાનાં ચિન્હો:—

કૉલેરાનો રોગ જેને લાગુ થવાનો હોય છે તેને બેચેની રહે છે. થાક લાગે છે, તનમનની મહેનત ગમતી નથી, શરીર તૂટતું રહેવાથી પડી રહેવા ઇચ્છે છે, શોકાતુર થાય છે, ચક્કર આવે છે, કાનમાં અવાજ થાય છે, માથું ભારી લાગે છે, અને ઘણી વખતે માથાનો દુખાવો થાય છે. એ ચિન્હો રોગનો હુમલો થવાનાં ગુપ્ત લક્ષણો છે. ત્યાર પછી બે ચાર કલાકે ગભરાઇ ઉઠી દર્દીને પાયખાને જવાની હાજત થાય છે અને તે પાયખાના સુધી પહોંચે—ન પહોંચે એટલામાં તો તેને મોટો દસ્ત આવે છે. એ દસ્ત આવ્યાથી એકદમ તે કૌવત વગરનો થઇ જાય છે અને ગભરાતો ગભરાતો ઉભો થાય છે; એટલામાં તદ્દન પાતળો બીજો દસ્ત આવે છે, સાથે ઉલટી થાય છે, આંખે અંધારાં આવે છે અને ચહેરો લુખો નિસ્તેજ જણાય છે.

૨. ઝોબો આવવાનાં ચિન્હો:—

થોડીવારમાં વધારે ઉલટી તથા ઝાડો આવે છે અને તરત શરીર ટાઢું પડવા માંડે છે. હાથ, પગ અને પેટમાં ગોઠલાં ચડવાં શરૂ થાય છે, ધીમે ધીમે નાડી પાતળી પડવા માંડે છે અને

થોડીવારમાં તે ગેબ થઈ જાય છે, તોપણ દર્દી શુદ્ધિમાં હોય છે. આમ થતાં શરીર વધારે વધારે ટાઢું થતું જાય છે, પરસેવો બહુજ થાય છે, ઝાડા ચોખાના ધોઆણ જેવા રંગના થાય છે, આંખોમાં ખાડા પડે છે, ઉંઘ આવતી નથી, કાને સંભળાતું નથી અને ન સમજાય તેમ છેક ધીમેથી બોલી શકે છે. કેટલીક વારે ઉલટી તુરત તુરત થવા માંડે છે, શરીરમાં તમામ શીત ઢળી જાય છે, ચહેરો બીહામણો થાય છે, આંખો બહુજ અંદર ઉતરી જાય છે, શરીર ઠંડું છતાં પણ કંઈ ઓઢી શકાતું નથી, બિછાનામાં આમ તેમ ગોથાં ખાધા કરે છે, ચહેરાપર કાળાશ દેખાય છે, પેસાબ બંધ થાય છે, નખ કાળા થઇ જાય છે, દમ ચાલવા માંડે છે અને એવી રીતે રીબાતાં દર્દી બે ત્રણ કલાકમાં મરણ પામે છે. કોઈ કોઇ વખતે એથી પણ ટુંકી મુદતમાં દર્દીના પ્રાણ જાય છે અને વખતે લંબાય પણ છે.

ઉપર જણાવેલી કૉલેરાની નિશાનીઓ બધી એકદમ થતી નથી, કોઇને કાંઇ તથા કોઇને કાંઈ થાય છે. શરીર ટાઢું પડતી વખતે ઝાડો બંધ થાય છે અને ઉલટી પણ બંધ થઇ પેટ ચડે છે. ધીમે ધીમે ગોઠલાં વધારે જોસથી ચડવા માંડે છે, સ્નાયુ બેંઆઇ લાકડાં જેવા થઇ જાય છે, પેસાબ થોડો ઉતરે છે અથવા તદન બંધ પડે છે, પાણીની તરસ વધારે લાગે છે, શ્વાસોશ્વાસ અને લોહી ચાલવાની ગતિ મંદ પડી જાય છે અને ચહેરો કાળો થઇ મરણ નીપજે છે. ટુંકામાં પેસાબ પેદા થતો બંધ થયો હોય, પેટ ચડયું હોય, ઉલટીની સાથે હેડકી શરૂ થઇ હોય અગર ઉલટી મટી હેડકી શરૂ થઇ હોય, તાવ આવ્યો હોય, સન્નિપાત

થયો હોય, નખનો તથા મ્હોડાંનો રંગ બદલાઇ ગયો હોય, કંઠ બેસી ગયો હોય, નાડી જતી રહી હોય અને શરીર ઠંડું પડી ગયું હોય તો દર્દી માટે ઘણુંજ, જોખમ સમજવું.

૩. રોગમાંથી બચી જવાનાં ચિન્હો:—

પેશાબ છૂટવા માંડે છે.—પહેલાં પેશાબ ટપકે ટપકે આવી પછી ધારમાં આવી વજનમાં પણ વધે છે. આ ચિન્હ દર્દી માટે ઘણુંજ આશા ભરેલું છે. અહિંયાંથી રોગમાંથી બચવાનો દરજ્જો શરૂ થયો સમજવો, આ વખતમાં પણ જુજ ઝાડો ઉલટી દેખાય છે. પછી ઝાડો જુદા જુદા રંગમાં આવી આખરે પીળો થાય છે. નાડી કાંડા આગળ માલૂમ પડવા માંડે છે, હૃદયસ્થાનના અવાજ પાછા સંભળાય છે. શરીરમાં ગરમી પણ આવવા માંડે છે. (જો બીજાં સારાં ચિન્હો ન દેખાય તો એકલી શરીરની ગરમીથી ખુશી થવાનું નથી.) શરીરમાં તેજ આવે છે, અવાજ પાછો સારો થાય છે, શ્વાસ બરાબર છૂટથી ચાલે છે, દર્દીને આ સ્થિતિમાં પણ તરસ લાગે છે પણ ભૂખ ઉઘડે છે, વારંવાર ઉંઘવા ઇચ્છે છે. (ઉંઘ આવવી એ આરામ થવાનું ઉત્તમ ચિન્હ છે.) કોઇ કોઇ વખત બધો સુધારો થઇ જતાં પણ ઉલટી જેવું એકાદ ચિન્હ એવું રહી જાય છે કે ડૉકટરોને પણ તે મટાડતાં શ્રમ પડે છે.

કૉલેરાના દર્દીની સારવાર કરનારે રાખવી જોઇતી ખાસ સંભાળ:—

" કૉલેરાના રોગમાં સારી માવજતથી જેટલો ફાયદો થાય છે તેટલો બીજા કોઈ રોગમાં થતો નથી. "

(ડોકટર એવર્સ.)

કૉલેરા એ એક અજબ પ્રકારનો રોગ છે, તેમાં પહેલેથી છેલ્લે સુધી એક સરખાં ચિન્હો રહેતાં નથી. અને તેથી કેટલાક વખતે ઔષધ આપવાની રીતિમાં વખતો વખત ઘણો ફેરફાર કરવો પડે છે માટે એવા અજબ પ્રકારના દર્દમાં-કુશળ વૈદ્ય-ડૉકટરની મદદ લેવા અને તેઓના કહેવા પ્રમાણેજ દર્દીની સારવાર અને ઔષધ કરવા દરેક જણે ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું જોઇએ, તોપણ વૈદ્ય-ડૉકટરની મદદ ન જ મળી શકે તેવાં નાનાં ગામો કે સ્થળોમાં કૉલેરાના રોગ વખતે સારવાર કરનારે પોતાથી બની શકતા બધા ઉપાયો જગતપિતામાં સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને પોતામાં હિંમત રાખી ચાલુ કરી દેવા વખત ગુમાવવો નહિ જોઇએ; કેમકે એથી પણ ઘણી વખતે જીંદગી બચાવી શકાય છે.

કૉલેરાના દર્દીની સારવારમાં રહેનારે પોતાના મનમાંથી એ દર્દના ભયને કાઢી નાંખવો જોઇએ, કેમકે ભય પામવાથી એ દર્દ એકદમ અસર કરી જાય છે.

શરીર ઉપર-જખમ, ઘારાં, ચાંદાં કે ચીરા પડેલ મનુષ્યે દર્દીની સારવારમાં રહેવામાં જોખમ સમાયેલું છે. કેમકે જખમ, ઘારાં, ચાંદાં કે ચીરા ઉપર ઝેરી જંતુ એકદમ લાગુ થતા હોવાથી ચેપ લાગવાનો સંભવ છે. તોપણ આવી ઇજાવાળા માણસે દર્દીની સારવાર કરવા જરૂરજ હોય તો એવા ઇજાવાળા ભાગ ઉપર પાટો બાંધી રહેવું જોઇએ.

દર્દીની સારવાર કરનારે-દર્દીને અથવા તેને જે જે વસ્તુઓ આપવામાં આવી હોય તેને હાથ લગાડયા પછી આંગળીઓ

મ્હોમાં નહિં નાંખવાની બહુ સંભાળ રાખવી—દરેક વખતે દર્દીને અડયા પછી—એક ભાગ કાર્બોલિક એસીડ અને ઓગણચાલીસ ભાગ પાણીનું લોશન તૈયાર કરી રાખી તે વડે અથવા તો સારી જાતના સાબુથી હાથ ધોવા અને પછી સાફ કપડાંથીજ તે કોરા કરવા જોઇએ, તેમજ કૉલેરાના દર્દીનાં ઝાડા તથા ઉલટીના છાંટા સારવાર કરનારના કપડાં પર પડવાં ન જોઇએ અને જો પડે તો તરતજ તેણે બીજાં કપડાં પહેરી લેવાં જોઇએ. દર્દીની સારવાર કરનારે દર્દીના ઓરડામાં ખાવા બેસવું ન જોઇએ.

ઠંડીના દિવસો હોયતો દર્દીના ઓરડામાં સગડી રાખી ઓરડાની હવા ગરમ રાખવી જોઇએ. ગરમીના દિવસો હોયતો દર્દીને પવન આવે તેવી જગ્યામાં રાખવો જોઇએ અને પવનની સગવડ ન હોય તો પંખાથી પવન નાંખવો જોઇએ. પણ શેક અને પવન એ બન્ને સાથે થવા ન જોઇએ.

દર્દીના ઓરડામાં—પંચાંગ, પાંદડીઓ, અગરબત્તી, સુખડ અથવા લોબાનનો ધૂપ ઝેરી જંતુઓ જોર કરતા અટકે તે માટે કરતા રહેવું જોઇએ.

દર્દીનું બિછાનું તથા કપડાં ઉલટી ઝાડાથી બગડેલાં રહેવા ન દેતાં તુરત બદલી નાંખવાં જોઇએ. કૉલેરાના દર્દીનાં ઝાડો, પેશાબ, ઉલટી બહાર ખુલ્લાં ફેંકી દેવાથી તેમાંના રોગના જંતુઓ હવામાં દાખલ થઇ પવન વાટે અનેક સ્થળે ફેલાઇ રોગચાળો વધારે છે માટે દર્દીને ઝાડો—પેશાબ—ઉલટી વિગેરે—કળીચૂનો-રાખ —ડામર—ગંધક— કાર્બોલિક પાઉડર—લાઇસોલ વિગેરેમાંથી એકાદ

ચીજ નાંખેલા વાસણમાં કરાવી તે વાસણ ઢાંકી ટાંકાં, કૂવા, વાવ, કુંડ, તળાવ, નદિ વિગેરે પીવાનાં તથા ન્હાવાધોવાનાં સ્થળોથી દૂર ઉંડા ખાડામાં દટાવી દઇ તે ઉપર સાફ માટી નંખાવી દેવી જોઇએ. બનેતેા પરાળ, ઘાસ તથા ઘાસતેલની મદદથી બળાવી નંખાવવાં જોઇએ. દર્દીના ઉલટી, ઝાડાથી બગડેલાં વાસણ તાપમાં ખૂબ તપાવ્યા અને સાફ મંજાવ્યા પછીજ ફરી ઉપયેાગમાં લેવાં જોઇએ. કૉલેરાના દર્દીનાં કપડાં-ગંધક વિગેરેનેા ખૂબ ધૂમાડો દઇને અથવા કાર્બોલિક એસીડના પાણીમાં અથવા ખૂબ ગરમ પાણીમાં બે કલાક ઉકાળ્યા પછી ધેાબીને ધેાવા આપવાં જોઇએ. કેમકે તેમ ન કરવામાં આવે તેા ધેાબીને ત્યાં અનેક કપડાની સેળભેળ થતી હોવાથી અનેક ઘેર ચેપ જવા સંભવ છે. દર્દીનાં કપડાં-બિછાનાં બને તેા બાળી નાંખવા એજ ઠીક છે.

કૉલેરા એ હળાહળ અજીર્ણ છે, માટે તે અજીર્ણ સારી રીતે મટતાં પહેલાં અનાજનેા એક કણ પણ દર્દીને ઝેર સમાન થઇ પડે છે; શેકેલ હિંગ (વઘારણી) તથા શેકેલ જીરૂં નાંખીને મેાળી છાશ પાવી, ઝાડેા ઉલટી સારી રીતે બંધ પડયા પછી પણ એકાદ દિવસ સુધી ચાહ અને સાબુ ચેાખાની મીઠું નાંખેલી કાંજી પાયા કરવી. દર્દી સારી રીતે હુશીયારીમાં આવ્યા પછી તથા સારી રીતે ભૂખ લાગવા માંડયા પછી મગનું એાસામણ કે તુરવાળનું પાતળું પાણી વઘારીને તેમાં જરા જરા ભાત (ચેાખા) મેળવીને આપવાં. દર્દ ઉથલેા ન મારે, તે માટે ખેારાકની આટલી સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. કેમકે તેના પેટમાં પાચનશક્તિ બિલકુલ હેાતી નથી. ટુંકામાં કૉલેરાનું એકે એક ચિન્હ જાય ત્યાં

સુધી કઠણ પદાર્થ દર્દીને ખાવામાં કદિ આપવો નહિ તેમ તેને જરાએ મહેનત કે થાક લાગવા દેવો નહિં. ખોરાક આપતી વખતે અને દવા પાતી વખતે પણ માથું સહેજજ ઉંચું કરવું. દર્દીને ખોરાક ઉપર, બહુજ ધીમે ધીમે ચડાવવો, થોડા દિવસ સુધી, જમ્યા પછી "અગ્નિ તુણ્ડી" અને સહવારે "સુદર્શન ચુર્ણ" આંપવું, અને ખોરાકમાં છાશ વધારે આપવી.

દર્દીની સારવાર અને ખોરાકમાં ગફલત થવાથી કૉલેરાનું દર્દ ઉથલો. મારે છે. વળી કૉલેરાના સપાટામાંથી બચ્યા છતાં પણ માણસને (ટાઇ ફ્રોઈડ) તાવ આવે છે અથવા મૂત્રાશયમાં સોજો થાય છે અથવા પેશાબ બંધ રહેવાથી તેમાં રહેલો ક્ષાર લોહીમાં મળી જાય તો તેથી પણ તંદ્રા થઇ દર્દીનું મૃત્યુ થાય છે. માટે કૉલેરા મટી ગયા પછી પણ દર્દીની ઘણા દિવસ સંભાળ રાખવા જરૂર છે. તેને ઝાડો સાફ આવતો રહે તેવી તજવીજ રાખવી જોઇએ. પેશાબ પણ બંધ થવા દેવો નહિં જોઇએ. તેમ બંધ રાખવો પણ નહિં જોઇએ. માથાપર ચડેલી ગરમીને શાંત કરવાના ઉપાય કરવા જોઇએ. અને કુશળ વૈદ્ય–ડૉક્ટરથી તપાસ કરાવી મૂત્રાશયનો સોજો ઉતરી જાય તેમ કરવું જોઇએ. મતલબ કૉલેરાનું દર્દ મટી ગયા પછી પણ દર્દીની સારવાર અને ખોરાકમાં સંભાળ બરોબર રહેવાં જોઇએ.

કૉલેરાના દર્દ માટે કેટલાંક દેશી ઔષધો:–

કૉલેરાના વખતમાં જરા પણ અજીર્ણનાં ચિન્હ જણાય અથવા તે વધીને ઝાડા ઉલટીની શરૂઆત થાય તે વખતેજ "શિવાક્ષાર

પાચન ચુર્ણ " (સુંઠ, મરી, પીપર, ખોડીઅજમો, સિંધાલુણ, જીરૂં, શાહાજીરૂં, અને શેકેલી હિંગ (વધારણી) એ ઔષધોને સમ ભાગ લઇ તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું. આ " **હિંગ્વષ્ટક ચુર્ણ** " કહેવાય છે અને પછી તેમાં સરખે વજને ધોયેલો સાજીખાર (સોડા બાઇ કાર્બોનસ) તથા હરડેનો ભૂકો નાંખવો એટલે "**શિવાક્ષાર પાચન ચુર્ણ** " તૈયાર થાય છે.) પા પા તોલો પાણીની સાથે આરામનાં ચિન્હ જણાય ત્યાં સુધી દર કલાકે કલાકે આપવું. અને ત્યાર પછી તમામ સારૂ થતાં સુધી બબે કલાકે આપવું. આમાં ક્ષાર છે તે ઉલટીને ક્રમે ક્રમે બંધ કરે છે અને દસ્ત સાફ લાવવામાં હરડેનો ભૂકો જે કાંઇ કામ કરે છે તેને મદદ દે છે. એટલે વધારે દસ્ત નથી લાવતો પણ હરડેના ભૂકાથી દસ્ત જે રીતે સાફ ઉતરે છે તેના કરતાં ક્ષારની મદદ મળતાં તે વધારે સાફ ઉતરે છે; અને " **હિંગ્વષ્ટક ચુર્ણ** " થી પૂરતી રીતે પાચન થાય છે. કૉલેરામાં ઝાડો ઉલટી કદિ પણ એકદમ બંધ થવાં જોઇએ નહિં. કારણ કે જો તેમ થાય તો પેટ ચડે છે. અને તેથી ઝાડા ઉલટીને ક્રમે ક્રમે બંધ કરવાં જોઇએ અને તે બંધ થતાં જાય તેની સાથે કોઠો શુદ્ધજ થતો જવો જોઇએ તથા પાચન થવું જોઈએ. તે સઘળું આ પ્રયોગથી બરાબર થાય છે. "**શિવાક્ષાર પાચન ચુર્ણ** " આપ્યા પછી "**કૃમિકુઠાર** " અર્ધો અર્ધો કલાકે બેથી ચાર ગ્રેન (ઘઉં ભાર) જરૂરિયાત પ્રમાણે પાણી સાથે આપવો. " **કૃમિકુઠાર** " ની આઠ માત્રાઓ પેટમાં ગયા પછી પણ બંધ ન થાય તો " **અર્કાદિ** " કે "**દાડિમીવટી** " સાથે " **અર્કચૂર્ણ** " જરૂરિયાત માત્રાને અનુસરીને આપવું.

"ગંધકવટી" (શુદ્ધ ગંધક ત્રણ ભાગ અને સિંધાલુણ, લસણ, સુંઠ, મરી, પીપર, શેકેલી હિંગ (વધારણી) તથા જીરૂં એ બધાં એક એક ભાગ સાથે વાટી તેની ગોળી કરવી.) આ ગોળીની માત્રા બેથી ચાર વાલ સુધીની છે. તેથી અજીર્ણને લીધે થતું શૂળ અને કૉલેરાનો ઝાડો તથા ઉલટી નાશ પામે છે.

"દ્વિરૂત્તર હિંગ્વાદિ ચૂર્ણ" (શેકેલી હિંગ (વધારણી) તોલો એક, વજ તોલા બે, ચિત્રો તોલા ચાર, કઠ તોલા આઠ, સાજીખાર તોલા સોળ, વાવડીંગ તોલા બત્રીશ, ખાંડી બારીક ચૂર્ણ તૈયાર કરવું.) દર પા પા કલાકે પાંચથી દશ ગ્રેન (ઘઉં ભાર) ગરમ પાણી સાથે આપવું. આથી ચડેલું પેટ, કૉલેરા, છાતીનો ગભરાટ, ગોળો અને ઉબકા બંધ પડે છે.

ડૉક્ટર વામન બાજી કુલકરણી શવકરે-પાટીલ થીએટર મધ્યે "સાધારણ ઘરગતુ વપરાસમાં લેવામાં આવતાં મીઠાનો કૉલેરામાં થતો ઉપયોગ" એ વિષય ઉપર એક જાણવાજોગ અને જે રસીલું ભાષણ આપ્યું હતું તેમાં તેઓએ જણાવ્યું હતું કે-"જો સાધારણ મીઠું પાણીમાં નાંખીને શરૂઆતના તબક્કામાં પાવામાં આવે તો કૉલેરા અને કેટલાંક બીજાં દરદોનો અટકાવ થઇ શકે છે. આજ કાલના દિવસોમાં તો હવે તેનો ફતેહમંદીથી લોહીમાં દાખલ કરીને ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. ત્રણ ગ્રેન (ઘઉં ભાર) થી તે એક આંઉંસ (અઢી રૂપિઆ ભાર) જેટલો જથ્થો કૉલેરાના ઘણાજ આગળ વધેલા કેસોમાં વાપરવામાં આવે છે. જો લોહીમાં મીઠું દાખલ કરવાથી કૉલેરાના

સૈાથી ખરાબમાં ખરાબ જાતના કેસેા સાજા કરી શકાય તેા આટલું સમજવું સેહેલ છે કે સાધારણ મીઠાનું પાણી પાવાથી કૉલેરાનેા અટકાવ થઇ શકે એમ છે અને લેાહી મારફતે તે આપવાની જરૂર પડતી નથી. " તેવણે મીઠાના ઉપર નિમાયેલા રેાયલ કમીશન સનમુખ પડેલી જુબાની ઉપરથી એક દાખલેા ટાંકીને જણાવ્યું હતું કે, " એક તબિબે સરકારને એવું જણાવીને મીઠાનેા કર નહીં વધારવા આગ્રહ કર્યો કે જો મીઠાનેા ખપ કમી થશે તેા કીડાએા તથા તાવની બિમારી વધી જશે, અને આખા દેશમાં તાવ ફાટી નીકળશે. "

ફકત સાદાં મીઠાં (નીમક) નું પાણી પણ ફાયદેા કરે છે. તે બનાવવાનું પ્રમાણઃ—મીઠું એક ભાગ અને પાણી આઠ ભાગ. એ હિસાબથી બનાવી દર પા કલાકે પા શેર જેટલું પાવું. એથી કદાચ ઉલટી થાય અને નીકળી જાય તેા ગભરાવું નહિં, પરંતુ તુરતજ પાછું તેજ પાણી પીવા આપવું. (આ પ્રયેાગ મુંબઇથી વૈદ્ય રતીલાલ મુ. એ પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

કૉલેરાના રેાગની શરૂઆતથી—ગરમ પાણીમાં મીઠું નાંખીને તે પાણી દર પાંચ, દસ કે પંદર મિનિટે પીવા આપવું, તેથી ઉલટી થાય તેા ગભરાવું નહિં. મીઠાંના પાણીથી નીચે પ્રમાણે લાભ થાય છેઃ—

ઉલટી સહેલાઇથી થઇ શરીરમાંનું ઝેર નીકળી જાય છે. ઝાડેા, પેસાબ બંધ થતાં નથી. પવનની છૂટ થાય છે. આંતરડાંની શ્લેસ્મ ત્વચા (મ્યુકસ) ને બહુ હરકત આવતી નથી.

લોહી ગરમ રહે છે અને નાડી એકદમ ક્ષીણ થતી નથી તથા શરીર પણ એકદમ ઠંડું થતું નથી. પેટ ચડતું નથી. અંદરના ઝેરથી દર્દીને જે ગભરામણ થતી હોય છે તે બંધ પડે છે. (ગદનિગ્રહ–પૃ. ૧૨૭.)

એક ભીલામું અને અરધો તોલો આંબલી લઇ તે બન્નેને સાથે વાટી નાંખવાં અને તેમાં ડુંગળીના કાંદાનો રસ તોલા બે નાંખી દર્દીને પાઈ દેવું, એટલે તે દવા પેટમાં ગયા પછી પાંચ મિનિટની અંદરજ ફાયદો થાય છે અને ઝાડો ઉલટી બંધ થાય છે. એ દવા માત્ર એકજ વખત આપવી પડે છે. આંબલીની સાથે ભીલામું આપવાથી ભીલામું ઉડતું નથી, અને જઠરાગ્નિને જગાડવામાં તથા શરીરને ગરમી આપવામાં અને જંતુઓને મારવામાં ભીલામું અજબ જેવું કામ કરે છે. તેમજ કૉલેરાના કેસોમાં ડુંગળીનો રસ પણ ઘણો ફાયદો કરે છે એ પણ જાણીતી વાત છે. એટલે ભીલામું, આંબલી અને ડુંગળીના યોગથી કૉલેરાના દરદમાં ફાયદો થાય તેમાં કંઇ નવાઇ નથી. એ વસ્તુઓના ગુણ જોતાં અને તેનો રસાયણિક સંયોગ જોતાં એ દવા વિશ્વાસપાત્ર જણાય છે. (ભીલામાંને ગાયના છાણની સાથે ઉકાળી પાણીથી ધોઈ સાફ કરી પછીજ ઔષધના ઉપયોગમાં લઇ શકાય છે.) સસ્તા સાહિત્ય તરફથી " આર્ય ભિષક " નામે વૈદકનું જે પુસ્તક છપાએલું છે તેની ત્રીજી આવૃત્તિમાં " વિષૂચિકા " ના મથાળા નીચે–પાને ૩૩૮ મે–ચૌદમાં ઉપચારમાં એમ લખેલું છે કે–" આંબલી નવ ભાગ અને ભીલામું આઠ ભાગ–એકત્ર વાટી, ડુંગળીના રસમાં મેળવી તે રસ બે તોલા પાવો, એટલે

ઉલટી અને ઝાડો તદ્દન બંધ થશે અને સવિષ જંતુ પણ મરી જાય છે. " (ઉપર પ્રમાણે આ પ્રયોગ વિશ્વાસપાત્ર હોવાનું–આર્ય ઔષધોના અદ્ભૂત ચમત્કારો અજવાળામાં લાવવા પ્રાણાંત સુધી પ્રયાશ કરી રહેલા વૈદ્યરાજ અને સુપ્રસિદ્ધ લેખક સ્વ. અમૃતલાલ સુંદરજી પઢિયારે પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

આંબલીના પાંચ પાકા કાતરા ગરમ પાણીમાં ધોઇને સવા તોલા પાણીમાં ચોળી નાંખવા. તેની અંદર ભીલામાના તેલનાં ટીપાં એકવીશ, ટોપરાંના અર્કનાં ટીપાં પંદર અને બેઆની ભાર નીમક (મીઠું) મેળવીને તેના ચાર ભાગ કરી બબે કલાકે દેવા. દર્દી પાણી પીવા માંગે તો આંબલીનું શરબત દેવું. (આ પ્રયોગ વડોદરા જીમખાના પ્રો. માણિકરાવે કૉલેરા ઉપર બહુ અકશીર હોવાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

કપૂર તોલો એક, શેકેલી હિંગ (વઘારણી) તોલો એક, કાંકચીઆ (શેકેલા) નાં મીંજ તોલો એક, મરી (તીખાં) તોલો એક, લોબાનનાં ફુલ તોલો એક, વાવડીંગ તોલો એક, ફીરમાણી અજમા તોલો એક, આમલસારો ગંધક (જેવો મળે તેવો) તોલો એક, સુંઠ તોલો એક, તથા લસણની કળી તોલો એક, આ બધાં ઔષધો સરખે વજને–એકેક તોલો લઇ તેને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી, લીંબડાનાં પાન ડાંખળીઓ સુદ્ધાંત એક શેર લાવી પાણી શેર અઢીમાં ઉકાળી, ઉકળતાં ઉકળતાં આશરે પાણી શેર પા બાકી રહે ત્યારે ઔષધોનું તૈયાર કરેલ ચૂર્ણ તેમાં નાંખી ખરલમાં ખૂબ ઘૂંટવું; ઘૂંટતાં ઘૂંટતાં ગોળી વાળવા

જેવું થાય ત્યારે બેઆની ભારની એક એક ગોળી વાળી છાંયે સુકવવી. તે ગોળી વાપરવાની રીત—કૉલેરાની ઉલટી અગર ઝાડા થાય તો અરધા કલાકે એક એક ગોળી વાટી-ઘૂંટી ઠંડા અગર ગરમ પાણીમાં પાઈ દેવી. તેથી ઝાડા, ઉલટી બંધ થશે, પેટ ચડશે નહિં, કોઈ જાતની અશક્તિ આવી નહિ જાય અને દર્દી બચી જશે. (આ પ્રયોગ મિ. હરિશંકર લાધારામ દ્વિવેદીએ, મુંબઇમાં ચાલતા કૉલેરા વખતે કેટલાક લોકો ઉપર પોતે અજમાવી જોતાં ખાત્રિલાયક હોવાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

શેકેલી હિંગ (વઘારણી) તોલા ત્રણ, મરી (તીખાં) તોલા બે, અફીણ તોલો એક, જાયફળ તોલો એક, જાવંત્રી તોલો એક, અજમાનાં ફુલ તોલો અરધો,–હિંગ, મરી, જાયફળ, જાવંત્રી આ ચીજોનું ઝીણું ચૂર્ણ કરી લીંબુના રસમાં ઘૂંટી જરા કઠણ રાખી અંદર અફીણ અને અજમાનાં ફુલ મેળવીને ગોળીઓ મગના દાણા જેવડી બનાવી દર્દીને બબે કલાકે બે ગોળીઓ આપવી. (આ પ્રયોગ મુંબઈ કોટ, હૉર્નબી રોડવાળા ડૉ. દેસાઇએ, કૉલેરા ઉપર પોતે જુદે જુદે સ્થળે અજમાવતાં અકસીર માલૂમ પડયાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

બરાસ કપૂર એક ભાગ, ઇલેમેંટનાં ફૂલ એક ભાગ, અજમાનાં ફુલ અરધો ભાગ,–આ ત્રણે વસ્તુને જુદી જુદી બારીક વાટીને કાચની એક સ્વચ્છ શીશીમાં ભરીને હલાવવી. પછી શીશીને બંધ કરી અમુક કલાક રહેવા દેવાથી તે મિશ્રણ પ્રવાહી થઇ જશે. તેમાંથી પાંચથી દશ વર્ષનાં ને બેથી પાંચ ટીપાં, દશથી

પચીસ વર્ષનાં ને પાંચથી દશ ટીપાં અને તે ઉપરાંતનાં ને પંદર ટીપાં પતાસાં ઉપર દવાની અસર થાય ત્યાં સુધી બબ્બે કલાકના અંતરે આપવાં. જેમ બને તેમ પાણી પીવાને કમતી આપવું. અસર થયે દવા બંધ કરવી અગર જરૂર જણાય તો ઓછા પ્રમાણમાં આપવી. (આ પ્રયોગ શા. ચુનીલાલ મ. વિરમગામના ડ્રોઈંગ માસ્તરે પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

સુકાં લવીંગીયાં અથવા બોરી લાલ મરચાં એક ભાગ, સુંઠ એક ભાગ, સફેત મરી (તીખાં) એક ભાગ, શેકેલી હિંગ (વઘારણી) એક ભાગ, ચીની કપૂર અરધો ભાગ, અફીણ અરધો ભાગ.– પ્રથમ અફીણનો કસુંબો કરવો. તેમાં કપૂર નાંખી ખૂબ ઘૂંટી નાંખવો, અને પછી ઉપલી ચીજોનું બારીક વસ્ત્રગાળ કરેલું ચૂર્ણ મેળવી, એકેક વાલની ગોળીયો બનાવવી, કૉલેરાની શરૂઆતમાંજ દર્દ અને દર્દીનાં બળાબળ પ્રમાણે ગોળી એકથી બે પાણી સાથે ગળાવવી. આ ગોળીથી તુરતજ અસર થાય છે. એક કલાક સુધી રાહ જોઈ, ફાયદો ન જણાય તો બીજી વખત આપવી. એમ ફક્ત વધારેમાં વધારે ત્રણ ચાર વખત આપવી. એમ ફક્ત વધારેમાં વધારે ત્રણ ચાર વખત આપવાથીજ કૉલેરાનું જોર બંધ પડી એકદમ જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત થાય છે, (આ પ્રયોગ મુંબઇથી વૈદ્ય રતીલાલ મુ. એ કેટલા એક લોકો માથે અજમાવી અનુભવ લેતાં ફાયદાકારક જણાયાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

લસણની કળી, શુદ્ધ ગંધક, સિંધાલુણ, સુંઠ, મરી (તીખાં) લીંડી પીપર–એ પાંચ વસ્તુઓ–દરેક એક એક રૂપિઆ ભાર લઈ

તેને બારીક ખાંડી ચાળી તેની ચણી બોર જેવડી ગોળીઓ લીં-બુના રસમાં કરવી. તે ગોળીમાંથી દર બે કે ત્રણ કલાકે દર્દીને બબ્બે દેવી. કૉલેરાના વખતમાં સાજા માણસે પણ સહવાર, બપોર અને સહાંઝ બબ્બે ગોળી લેવાથી રોગ થવાનો ભય ઓછો થાય છે.

લાલ મરચાંનો ભૂકો એક ભાગ, સુંઠ એક ભાગ, મરી (તીખાં) એક ભાગ, કપૂર અરધો ભાગ, શેકેલી હિંગ (વઘારણી) એક ભાગ.—તમામને સાથે મેળવી અરધા અરધા વાલની ગોળી કરવી. તેમાંથી કૉલેરાના દરદ ઉપર એક એક કલાકે એક એક અને જરૂર પડે તો બબ્બે આપવી.

ફોદીનો, લીંબડાનો મોર—ડુંગળીના રસમાં વાટી, ચણી બોર જેવડી ગોળી કરી ડુંગળીના રસમાં આપવી.

પપીતા તથા દરીયાઇ નાળીએરનો ઘસારો પાણીમાં આપવો.

અફીણ ત્રણ વાલ, મરી (તીખાં) ત્રણ વાલ, શેકેલી હિંગ (વઘારણી) ત્રણ વાલ.—તેની ગોળી બાર કરવી. એક એક ગોળી અરધે અરધે કલાકે આપવી.

કપુર ત્રણ ગ્રેન (ઘઉં ભાર) અફીણ અરધો ગ્રેન (ઘઉંભાર) મરચાં અરધો ગ્રેન (ઘઉંભાર) તેની ગોળી એક એક કલાકે આપવી.

શુદ્ધ ગંધક ત્રણ ગ્રેન (ઘઉં ભાર), કોલસો એક ગ્રેન (ઘઉંભાર)—આ બન્નેને સાથે મેળવી દર પા કલાકે મધમાં ચટાડવું.

સુંઠ રૂપિઆ પા ભાર, મરી (તીખાં) રૂપિઆ પા ભાર, તજ રૂપિઆ પા ભાર, એલાયચી રૂપિઆ પા ભાર, લીંડી પીપર રૂપિઆ પા ભાર, ખોડી અજમો રૂપિઆ પા ભાર, જાવંત્રી રૂપિઆ પા ભાર–એ સર્વ ચીજોને ખાંડી ચાળી તેની મધમાં ચૌદ ગોળીઓ કરવી અને દર્દિને બબ્બે કલાકે બબ્બે ગોળી આપવી.

ઝેરી નાળીએરનો ઘસારો–કપૂર અને હરડેની સાથે દર્દિને આપવાથી ફાયદો જણાય છે.

લીંબડાનાં પાનનો રસ તોલા પાંચ, તલનું તેલ તોલા પાંચ–એ બે મેળવી દહીં સાથે તે પ્રમાણે ત્રણ વખત બબ્બે કલાકે દર્દીને આપવાથી ફાયદો જણાય છે.

કસ્તૂરી—ત્રણ ગ્રેન (ઘઉં ભાર) કપૂર નવ ગ્રેન (ઘઉંભાર). બન્ને દવાને ગોળની સાથે મેળવી, ત્રણ ગોળી કરી દરેક કલાકે એક એક ગોળી દર્દીને આપવાથી ફાયદો જણાય છે.

" **આનંદ ભૈરવ** " ગોળી (શુદ્ધ હીંગળો, શુદ્ધ વચ્છનાગ, મરી (તીખાં) ટંકણખાર અને પીપર–એ પાંચ ઔષધોને સમભાગ લઇ આદુના રસમાં મગ મગ જેવડી ગોળીઓ કરવી.) તે ગોળી ત્રિદોષના અતિસારને મટાડે છે, તે સિવાય તાવ, ઝાડો, ઉધરસ, ચુંક, શરદી વિગેરે દરદો ઉપર પણ વપરાય છે. થોડા થોડા કલાકે એકથી બે ગોળી છાશ સાથે આપવી.

કસ્તૂરી વાલ એક, બરાસ કપૂર વાલ એક, સુંઠ આની બે ભાર.–એ ત્રણે ચીજોને મધ સાથે મેળવી ત્રણ ગોળી કરવી અને તે બબ્બે કલાકે એક એક આપવી.

કપૂર, મરી (તીખાં), સુંઠ, સિંધવ, સાકર–એ બધાં સરખે વજને લઇ બારીક ચૂર્ણ કરી, ઝાડો, ઉલટી બંધ થતાં સુધી અરધે અરધે કલાકે બે બે વાલ મધમાં ચટાડવું અને બંધ થયા પછી ત્રણ ત્રણ કલાકે બે બે વાલ પાંચ વખત સુધી આપવું.

આદુ રૂપિઆ એક ભાર, ફોદીનો રૂપિઆ એક ભાર, મરી (તીખાં) આની બે ભાર.–એ ત્રણે વસ્તુઓ વાટી રસ કહાડી તેમાં બે આની ભાર મધ નાંખીને દર્દીને પાવું.

સુંઠ, મરી (તીખાં) તજ અને લવીંગનો ભૂકો નાંખી તૈયાર કરેલો ગળપણ વગરનો મોળો ચાહ પા પા કલાકે કે અરધે અરધે કલાકે એક એક કે બબ્બે ચમચા દર્દની શરૂઆતથી આપવામાં આવે તો તેથી દર્દીનું શરીર તેજમાં રહે છે અને લવીંગથી ઉલટી ક્રમે ક્રમે બંધ થાય છે.—અથવા—

તજ, મરી (તીખાં) ફોદીનો અને તુળશીનાં પાન.–એ ચાર ચીજો વાટી ઉકાળી તેનો ગળપણ નાંખ્યા વગરનો મોળો ચાહ ઉપર પ્રમાણે આપં જવાથી ફાયદો જણાવે છે.—અથવાઃ—

ડુંગળીનો કાંદો, આદુ, લસણ, ફોદીનો, પાન (નાગર વેલનું)– આ સર્વેનો રસ (પંચરસ) બનાવી ચમચી ચમચી કલાકે કલાકે પાવામાં આવે તો ફાયદો જણાવે છે.

કોલેરાના દર્દીને ઔષધ પેટમાં ટકે એટલા માટે–પેટ ઉપર, પાણીમાં પીસેલી–લઢેલી રાઇ જાડા કાગળ ઉપર લગાડી રાઇ વાળો ભાગ પેટને અડે તે બાજુથી તેની પટ્ટી મારવી. અને

રાઇની તે પટ્ટી ઘણી બળવા માંડે તો ઉપાડી લેવી અને તે જ-ગ્યોએ લોહી નાંખી તેલ અથવા ઘી ચોપડવું.—અથવા—

અફીણના અર્કનાં અને ક્લોરોફોર્મનાં થોડાં ટીપાં સાથે મેળવી રૂમાલ ઉપર છાંટી રૂમાલ પેટ ઉપર દાબી રાખવાથી ઉલટી બંધ થાય છે અને ઔષધ પેટમાં ટકે છે.

દર્દીના શરીરની ગરમી રાખવા માટે—હાથે પગે, ગરમ પાણી ભરેલી મજબૂત બૂચ મારેલી શીશીઓ અથવા ગરમ પાણી ભરેલી રબ્બરની થેલી (Hot Water Bag) અથવા ગરમ કરેલા ફલેનલના ટુકડા ફેરવી શેક કરવો.

જો શરીર ઠંડુ પડતું જણાય તો—કસ્તુરી રતી એક બબ્બે કલાકને અંતરે બે આની ભાર મધમાં આપવી.

જો શરીરે શીત વળતાં હોય તો–અજમો અથવા રાઈ અથવા સુંઠનો બહુ ઝીણો ભુકો શરીરે ઘસવો. અથવાઃ—

ટરપેનટાઇન તેલ શરીરે ઘસવું.

Brandy-(બ્રાન્ડી) દારૂ શરીરે ચોળવો.

દર્દી છેક નબળો પડી જાય અને શીત વળી જાય તો તેના હાથ ઉપર આંગળાંથી ખભા સુધી અને પગ ઉપર અંગુઠાથી થાપા સુધી પાટા બાંધવા અને પગ ઉંચા રાખવા.

મૂર્છા (ઝોબો) આવે તો કાંઇ દવા ન આપતાં શરીરને ગરમ રાખવું અને શરીર ઉપર હવા આવવા દેવી.

છાતી મુંઝાય તો તે ઉપર રાઇની પટ્ટી મારવી.

નાક આગળ "સ્મેલિંગ સૉલ્ટ"ની શીશી ધરવી.

દર્દીને તરસ લાગે ત્યારે–બરફ, બરફવાળું પાણી અથવા સોડા વૉટર આપવાં. ઉલટી સાથે લોહીનો પાણીનો ભાગ બહાર નીકળી જાય છે તેથી જો બરફનો કટકો દર્દીના મ્હોમાં રખાવવામાં આવે કે સોડા વૉટર કે પાણી થોડે થોડે વખતે થોડું થોડું આપવામાં આવે તો તેમાંથી લોહીને મદદ મળે છે તેમ એક અનુભવિ ડૉકટરનું લખવું છે. તરસ કોઇ પણ રીતે છીપતી ન ન હોય ત્યારે નરમ ચાહ, કોફી વિગેરે નિયમમાં આપવાં. તરસ વખતે દર્દીને દેવા માટે બરફ, સોડા વૉટર વિગેરે ન મળી શકે તો:–

ધાણા બે રૂપિઆ ભારમાં પાણી નાંખી વાટી ચાલીસ રૂપિઆ ભાર પાણીમાં મેળવી તે પાણી ગાળી તેનો ઉપયોગ કરવો–અથવા:—

ધાણા રૂપિઆ બે ભાર, ઉંટીયું જીરૂં રૂપિઆ બે ભાર,–એ બન્નેને બશેર પાણીમાં ઉકાળી શેર પાણી રહે એટલે ગાળી લઇ તે પાણી ઠંડું કરી તરસ લાગે ત્યારે દર્દીને ચમચો ચમચો આપવું.

જવનું પાણી (અઢી રૂપિઆભાર સાફ કરેલા જવ લઇ, પચાસ રૂપિઆ ભાર પાણીમાં, માટીના વાસણમાં વીસ મિનિટ ઉકાળી તે ઉતારી લઇ પછી તે ટાઢું પડવા આવે એટલે જવને

ચોળી તેને વસ્ત્રગાળ કરી એક શીશી ભરી લેવી અને તેમાથી) એક એક બબ્બે ચમચી દર અરધી અરધી કલાકે દેવી જેથી તરસ પણ છીપશે અને પેશાબ ઉતરવાને મદદ કરશે.

ફુદીનાના ગરમ ચાહમાં સાકર નાંખી તેમાં લીંબુ અરધું નીચોવી, તેમાંથી એક એક ચમચો દર્દીને પાવો તેથી તરસ ઓછી લાગશે અને ઝાડા ઉલટીમાં પણ ફાયદો થશે.

કૉલેરાના દર્દીની ઉલટી બંધ કરવા માટે—ડુંગળીના કાંદાની ચીર કરી સુંઘાડવી તથા તેનો રસ કહાડી થોડો પીવરાવવો.

મોરનાં પીંછાની રાખ અને જાવંત્રી શેકીને તેની ભૂકી કરી બન્ને સાથે બબ્બે વાલ મેળવી મધમાં ચટાડવાથી ઉલટી મટે છે.

બહુ ઉલટી થતી હોય તો વાસણને લોબાનનો ધૂપ આપી તેમાં પાણી ભરી રાખવું અને પછી તે પાણી પાવું તેથી ઉલટી બેસી જાય છે.

વરીઆળી ચાર તોલાની પોટલી બાંધી એંશી તોલા પાણીમાં પલાળી રાખવાથી તૈયાર થયેલું પાણી વરીયાળીનું પાણી કહેવાય છે. તે પાણી ચમચો ચમચો આપવાથી ઉલટી બેસી જાય છે. (વિષમજવર અથવા બીજા તાવની અંદર પણ ઉલટીનું જોર વધારે હોય તો વરીયાળીનું પાણી પીવરાવાય છે.)

પેટ ઉપર રાઇની પટ્ટી મારવી—એટલે રાઇને પાણીમાં બારીક ઝીણી વાટી કાગળપર લગાડી તે પટી પેટ પર રાખવી, બળતરા થવા માંડે તો ઉપાડી લેવી. રાઇ ચોપડેલ કાગળો આવે છે જેને **'ચાર્ટા સીનાપીસ'** કહે છે તે પણ કામમાં આવે છે.

કૉલેરાના દર્દીને ખાલી ઉબકા બહુ આવ્યા કરતા હોય તો-સોડા વાલ ચાર ઘીમાં ચટાડીને ઉપર ગરમ પાણી પાવું.

કૉલેરાના દર્દીને હેડકી જેવું જણાય તો-બે કડવી ખદામનો મગજ વાટી પાણીમાં પાવો.

કૉલેરાના દર્દીને ગોઠલા ચઢે ત્યારે-પગે રાઇનાં પલાસ્ટરો લગાડવાં. અથવાઃ—

ડુંગળીના કાંદામાંથી કાઢેલો રસ-ગોઠલા ઉપર ચોળવો. અથવાઃ—

પેરીડેવિસનું પેન કીલર-ગોઠલા ઉપર ચોળવું. અથવાઃ—

Brandy (બ્રાન્ડી) દારૂ-ગોઠલા ઉપર ચોળવો.

કૉલેરાના દર્દીને પેસાબ બંધ થયો હોય તો—પેડુ ઉપર તથા વાંસામાં ગુર્દાના ભાગ ઉપર ગરમ પાણી ભરેલી શીશીથી અથવા રબ્બરની થેલી [Hot Water Bag] થી શેક કરવો. અથવાઃ—

કેસુડાં બાફીને (દર્દી ખમી શકે તેવાં ગરમ) પેડુ ઉપર તથા વાંસામાં ગુર્દાના ભાગ ઉપર બાંધવાં. અથવાઃ—
રાયનું પલાસ્ટર-પેડુ ઉપર અને કેડના પાછળના ભાગ ઉપર મુકવું. અથવાઃ—

સીંધાલુણનું ચૂર્ણ વાલ બે જેટલું થોડી થોડી વારે ઘીમાં ચટાડવું. એથી પેસાબ છૂટે છે.

કૉલેરાના દર્દમાં દર્દીને ઝાડા બંધ થઇ પેટ ચડી આવેલું જણાય તો—ઝાડા આવવાને માટે-બે ત્રણ તોલા ચોખ્ખું એરંડિયું તેલ ગરમ પાણી સાથે આપવું. અથવાઃ—

મેગનીશીયા સલ્ફાસ (વિલાયતી મીઠું) બે, ત્રણ કે ચાર તોલા સુધી યોગ્ય લાગ્યા પ્રમાણે અપાય છે. અથવાઃ—

કેલોમેલ—બેથી પાચ ગ્રેન (ઘઉંભાર) સુધી અપાય છે. અથવાઃ—

આંબલીના પાનનો રસ અને મીઠું એકઠાં વાટીને જરા ગરમ કરીને પેટ ઉપર ચોપડવાથી ચડેલું પેટ ઉતરે છે.

કૉલેરાના રોગની શરૂઆતથી વખતો વખત ઝાડા અને ઉલટી થવાથી માણુસ હાલાક બની જાય છે. અને તેથી શક્તિ ક્ષીણુ થઈ માણુસ તુરત મૃત્યુને વશ થાય છે માટે જેમ જેમ ઝાડા અને ઉલટી થતાં જાય તેમ તેમ દરેક ઉલટીએ અને દરેક ઝાડે દર્દીને પાતળી સાબુ ચોખાની કાંજી આપે જવાને કેટલાક નામાંકિત ડૉકટરો તેમજ વૈદ્યોએ ભલામણુ કરેલ છે.

કૉલેરાના સમયમાં મ્યુનિસિપલ-મેડીકલ-પોલિસ વિગેરે ખાતાંઓ તથા ગામવાસીઓનાં કર્તવ્યઃ—

ગામના લોકોને કચરો નાંખવાની દરેક જગ્યો-નિત્ય નિયમિત સાફસુફ કરાવી તે તે જગ્યોએ જંતુનાશક કાર્બોલિક પાઉડર છંટાવવો જોઇએ.

રસ્તામાં લોકો જે જે જગ્યોએ પેશાબ કરતાં હોય તે તે જગ્યોએ પણ નિત્ય જંતુનાશક–કાર્બોલિક પાઉડર છંટાવવો જોઇએ.

પાયખાનાંઓમાં થોડા થોડા દિવસે તાજો ચૂનો અને નિત્ય જંતુનાશક પાઉડર છાંટવા માટે લોકોને સમજુતી આપવી જોઇએ, કે જેમ થવાથી પાયખાનામાંની ગંદકી માખી લઈ આવી શકે નહિં.

કોલેરાના રોગનો અટકાવ કરનારી સમજુતી–સાદી, સરલ અને ટુંકી ભાષામાં લખી–છપાવી લોકોમાં છૂટથી વહેંચવી જોઇએ કે સાધારણ લોકોને દર્દનો અટકાવ કરવાની રીત જાણવામાં આવે.

વર્ષાદના દિવસો હોય તો પાણીનો બરાબર નિકાલ થઈ જાય તે માટે ઢાળવાળી ગટરો કરાવવી જોઇએ કે પાણી ભરાઇ કીચડ સડી ખરાબ વાસ ન ફેલાવે.

જ્યાં કોલેરા ચાલતો હોય તે ચેપવાળાં ગામનાં ચેપ લાગેલ લોકો, ચેપવાળો ખોરાક, દૂધ વિગેરે, સારી હવાવાળાં ગામે જવા ન પામે તેમ બંદોબસ્ત થવાથી પણ એ રોગનો ફેલાવો થતો અટકે છે. દૂધ વહેંચનારાઓ દૂધમાં ભેળસેળ ન કરે તે તથા મીઠાઇ વહેંચનારાઓ માખી બેસે તે રીતે મીઠાઈ ખુલ્લી રાખી મેલી નવહેંચે તે બાબત સખ્ત બંદોબસ્ત કરવો જોઇએ.

સડેલાં શાક–ભાજી, મેવા, પરમાટી વિગેરે દુકાનોમાં વહેં-ચવા નહિં દેતાં એવી વસ્તુઓ માટે તપાસ રખાવતા રહી તેવી

ચીજો જોવામાં આવે ત્યારે તુરત તેનો નાશ કરવાથી પણ રોગનો ફેલાવો થતો અટકવા સંભવ છે.

ગામમાં ગંધકનો ધૂમાડો રેંકડીઓ મારફત ફેલાવવાથી અને ઘર આગળ નિત્ય ગંધકનો ધૂમાડો કરવા લોકોને સલાહ આપવાથી પણ રોગનો ફેલાવો થતો અટકવા સંભવ છે.

કૉલેરાના વખતમાં યાત્રાઓ અને મેળાઓ બંધ કરવાથી એ રોગ વધુ ફેલાતો અટકે છે.

જ્યાં રોગ ચાલતો હોય ત્યાં ન્યાત જમણવારો થતી અટકાવવાથી પણ એ રોગનો વધુ ફેલાવો અટકે છે.

જે લોકોની ઇચ્છા હોય તેમને "**કૉલેરા પ્રતિબંધક રસી**" મૂકવા માટે ઉત્તમ પ્રકારની ગોઠવણ કરી આપવી જોઇએ.

કૉલેરાનો રોગ ચાલતો હોય ત્યારે **નૉટર** અને **ફ્ર્થ** નામના ડૉકટરો–દરેક જાતના વાપરવાના પાણીમાં "**પરમૅન્ગેનેટ ઓફ પોટેશિયમ**" નાંખવાની ભલામણ કરે છે. તો પાણીના કૂવાઓમાં અઠવાડિયામાં બે વખત "**પરમૅન્ગૅનેટ ઓફ પોટેશિયમ**" નંખાવવું જોઇએ. કૂવામાં "**પરમૅન્ગૅનેટ ઓફ પોટેશિયમ**" **નાંખવાની રીત એવી** છે કે–પ્રથમ લોકોને અમુક વખત લગીમાં પાણી ભરી લેવા ખબર આપવા અને તેઓએ તે વખતમાં પાણી ભરી લીધા પછી કૂવામાંથી બે ડોળ પાણીની ભરી કાઢી તેમાં પાણી રાતું થાય અને આઠ કલાક સુધી તેનો રંગ અસલ જેવો થવા ન પામે એટલા પ્રમાણમાં એ દવા નાંખી તે પીગળી-

ઓગળી જાય એટલા માટે તેને હલાવ હલાવ કરવું. પછી તે ડોલમાંના પાણીની કૂવામાં ઝાલકો ફેંકવી અને પછી ખાલી ડોલો કૂવામાં ઉતારી થોડો વખત કૂવામાં ખૂબ આડી અવળી ડુબાડયા કરવી. જેથી કૂવાનું બધું પાણી ખૂબ ડોળાઇ આખા કૂવામાં દવાની અસર ફેલાઇ રહે. પછી ડોલો કાઢી લઇ સહવાર સુધી પાણી આછરવા દેવું, એટલે દવાનો બધો રંગ નીચે બેસી જશે અને જંતુઓ નાશ પામશે. દવા કૂવામાં નાંખ્યા પછી બાર કલાક પછી એ પાણી ઉપયોગમાં લેવામાં વાંધો નથી કેમકે એટલા વખતમાં પાણી તદ્દન સાફ થઇ વાપરવા જેવું થશે.

"**ક્લોરોજન**" (Chlorogen) નામની દવા પાણીમાં નાંખવાથી દરેક જાતના ઝેરી જંતુ મારી પાણીને સાફ કરે છે. (આ દવા મળવાનું ઠેકાણું:—Phillips & Co. Ltd. Wholesale & Dispensing Chemists, 314 Hornby Road, Bombay. છે. તે દવા વાપરવાની સંપૂર્ણ વિગત દવા સાથે છાપેલી હોય છે.)

ગામમાં કૉલેરા જેવો ચેપી રોગ ફાટી નીકળે તેની સામે સાવચેતીના ઉપાયો લેવા તે એકલાં મ્યુનિસિપલ–આરોગ્ય ખાતાંની ફરજ નથી પણ લોકોની પોતાની પણ ફરજ છે. જનસુખાકારી માટે આરોગ્ય ખાતાં તરફથી જે જે ચાંપતા ઈલાજ લેવાતા હોય તેમાં ગામના લોકોએ બની શકતાં સગવડ અને સહાયતા આપવાની પોતાની ફરજ બરાબર બજાવવાથી રોગ ફાટી નીકળવાનો સંભવ

ઓછો થઈ જાય છે, માટે ગામના લોકોએ પણ એક દીલથી રોગની સામે સાવચેતીનાં પગલાં લેવાં જોઇએ.

કૉલેરાના દર્દમાં ઉપાય જેમ તુરત થાય તેમ દર્દીને બચવાની આશા વધારે રાખી શકાય છે. મતલબ એ દર્દ વધી ગયા પછી ભાગ્યેજ ઉપાય લાગુ પડી શકે છે. તો કૉલેરા જેવો ભયંકર રોગ ગામમાં ચાલતો હોય તે વખતે એ રોગના દર્દી માટે દવા લેવા આવનાર માણસને દવાખાનામાંથી દવા રાત દિવસ બનતુ તાકીદે મળતી રહે તેમ દવાખાના તરફથી ચોકસ ગોઠવણ રહેવી જોઇએ.

કૉલેરા, મરકી વિગેરે ભયંકર ચેપી રોગો જ્યારે ગામમાં ચાલતા હોય છે ત્યારે ઘણા લોકો બ્હીકથી, પોતાના અથાગ શ્રમે મેળવલી વહાલી વસ્તુઓ છોડી દઇને જીંદગી જાળવવા અર્થે બીજાં સારાં હવા પાણીવાળાં સ્થળે ચાલ્યાં જાય છે. લોકોની આવી ગેરહાજરીના વખતમાં તેમની રેઢી રહેતી મિલ્કતનું બદમાશ લોકો તરફથી નુકશાન ન થાય એટલા માટે એવા દીયો દીયોના વખતમાં પોલિસખાતાં તરફથી ચોકી પહેરાનો ગામમાં પૂરતો બંદોબસ્ત રહેવો જોઇએ.

કૉલેરાના રોગની સામે બચાવ કરવાનો એક ઉત્તમ ઉપાય–સ્થાન ત્યાગ:—

જેમનાથી બની શકે તેઓએ પોતાનાં બાળ બચ્ચાંની સલામતી ખાતર જે સ્થળે કૉલેરાનો રોગ ફાટી નીકળવાનાં ચિન્હો જણાવા લાગે તે સ્થળેથી અવશ્ય બીજાં સારાં હવા પાણીવાળાં સ્થળે પોતાના ગામની હવા સુધરતાં સુધી ખસી

જવું જોઇએ. ભય ખાનારાં લોકો માટે પણ એજ ઉત્તમ માર્ગ છે. અને ચેપી રોગની સામે બચાવ કરવાનો પણ એ એકજ સફળ ગણી શકાય એવો ઉપાય છે. પણ આ સફળ ગણાતો ઇલાજ પરાધીન સ્થિતિવાળા ટુંક પગારના નોકરીયાતોથી–પોતાનાં બાળ બચ્ચાંને બચાવવાની પ્રબળ ઇચ્છા છતાં–ના ઈલાજે અજમાવી શકાતો નથી. તો કૉલેરા, મરકી જેવા ભયંકર રોગોના વખતમાં સારી હવાવાળાં સ્થળોએ ઓફિસો ખેસવવાની સત્તાધિશોએ મહેરબાની બતાવવી જોઇએ અથવા તો આવાજ પ્રકારની બીજી કોઇ ઉમદા ગોઠવણ કરી આપવી જોઇએ. ગામમાં વસ્તીની સંખ્યા ઓછી થઇ જવાથી કોલેરા, મરકી જેવા ચેપી રોગો તરત દબાઇ જતા હોવાનું ઘણે ઠેકાણે જોવાય છે તો ગામની હવા સુધારવાના એક અગત્યના ઉપાય તરીકે પણ બીજાં સારાં સ્થળે જઇ રહેવા લોકોને આપી શકાતી બધી સગવડો કરી આપવા મહેરબાની બતાવવી જોઇએ. ગામમાં ચેપી રોગ ચાલતો હોય તે વખતે બહારગામ જઇ રહેવાની મોટા મોટા ડોકટરોએ પણ મજબૂત ભલામણ કરેલી છે.

ના ઈલાજે કૉલેરાના ચેપવાળું સ્થળ નહિં છોડી શકતા લોકોએ તે રોગ થતો અટકાવવા ખાસ ધ્યાનમાં લેવા જેવા કેટલાક નિયમો અને દેશી ઔષધોઃ–

"જે હવા આપણે દમમાં લઇએ છિએ તેના સંબંધમાં દરેક જનની જવાબદારી ઘણી મોટી છે. તે હવાને આપણાથી બને એટલા ઓછી બગાડવી, આપણા ઘરમાં,

આપણા અંગ ઉપર, આપણી આસપાસ પડેલી દરેક ચીજને આપણે તદ્દન સ્વચ્છ અને સાફ રાખવી. આપણા ઓરડાઓ ધૂળ વગરના રાખવા, અને આપણા ઘરની આસપાસ કંઇ જાતનો કચરો રહેવા દેવો નહિં, એ આપણી પહેલી ફરજ છે." (ન્યુમેનની હેલ્થ ઓફ ધી સ્ટેટ, પાનું-૬૩.)

કૉલેરાના વખતમાં રાંધેલું અનાજ વાસી-એટલે સહવારનું રાતે કે રાતનું સહવારે ન ખાવું જોઇએ કેમકે સામાન્ય ઋતુમાં થતું અજીર્ણ જો કે બીજાં દર્દોને ઉત્પન્ન કરે છે તો પણ તેથી કૉલેરા થતું નથી, પણ જ્યારે કોલેરાની ઝેરી હવા ફેલાયલી હોય ત્યારે સાધારણ અજીર્ણ પણ કોલેરાનું રૂપ પકડી પ્રાણ ઘાતક નીવડે છે. એવા વખતમાં કાચાંકે બહુ પાકી-ઉતરી ગયેલાં ફળ-ફળાદિ-મેવા-શાક-ભાજી તેમજ બધી વાયડી વસ્તુઓ સ્વાદને ખાતર કે લોભને ખાતર પણ ત્યજી દેવી જોઇએ. માંસહારી લોકોએ સડેલ માંસ ન ખાવો જોઇએ. મતલબ ખોરાક નિત્ય નિયમસર અને સહેલાઇથી પચી શકે એટલા પ્રમાણમાં અને તે સાદો, સ્વચ્છ અને હલકો લેવો જોઇએ. અપચો થવા પામે તેવી રીતે તો કોલેરાના વખતમાં નજ ખાવું. આવા સમયમાં કોઇ વખતે અજીર્ણ જેવું જણાય તો જુલાબ નહિ લેતાં ઉપવાસથી અજીર્ણ મટાડવું, છતાં જુલાબ લેવો પડે તોજ અને તેપણ બહુ હલકો લેવો અગર ગુદાદ્વારે પીચકારી લેવી.

કોલેરાના વખતમા નદીનું, નળનું, કુવાનું કે વાવનું ગમે તે પાણી ઉકાળી-ગાળી-ઠારી ત્રાંબાના સ્વચ્છ વાસણમાં ભરી સંભાળપૂર્વક ઢાંક રાખી પીવાનાં ઉપયોગમાં લેવું. અને તોતો રાંધવાનું અને ન્હાવાનું પાણી પણ ગાળી ઉપયોગમાં લેવું.

"આપણા પેટમાંથી પાણી ઝડપથી પસાર થતું હોવાને લીધે તે ચેપ લાગવાનું બહુ ભયંકર સાધન થઈ પડે છે. આ કારણને લીધે ગંદુ પાણી અસ્વચ્છ ખોરાક ના કરતાં રોગ પેદા કરવાનું વધારે મજબુત સાધન થઈ પડે છે. માટે આપણે પીવાનું પાણી જરાક પણ શક ઉત્પન્ન ન કરે એવું ચોખ્ખું રાખવાની ખરેખરી અગત્ય છે,"—(હચીન્સનની "ફુડ એન્ડ ડાએટેટીક્સ"—પાનું-૩૦૦.)

દૂધને અવશ્ય ઉકાળી ઠંડુ પાડી ઉપયોગમાં લેવું.

ખાવા પીવાની ચીજો ઉપર માખી બેસે તેમ ઉઘાડી રાખવી ન જોઇએ. દુકાનોમાં ઉઘાડી રાખેલી મીઠાઇ અથવા બીજો ખોરાક ખાવો નહિં. કેમકે ઉઘાડી રાખેલી ચીજો ઉપર માખીઓ બેઠેલી હોય છે અને તેથી કોલેરાનો ચેપ દાખલ થવા સંભવ છે.

શરીર, વસ્ત્રો અને આખું મકાન બિલકુલ સ્વચ્છ રાખવાં અને શરીરમાં ગરમાવો રહે તેમ વર્તવું.

દિવસે સૂવું નહિં. રાતના ઉજાગરા કરવા નહિં.

સહન ન થાય એટલો શ્રમ ન કરવો. આહાર વિહારમાં બહુ નિયમિત રહેવું.

કોલેરાના વખતમાં ભિનાશવાળી જગ્યોમાં, વર્ષાદમાં, ઠંડીમાં તેમજ ઘણી ગરમીમાં કોઇપણ રીતે ઉઘાડા ફરવું નહિ. તેમજ તડકે ફરી આવ્યા પછી તુરત—પાણી પીવું નહિ, ખોરાક લેવો નહિં કે ટાઢે પાણીએ ન્હાવું નહિં.

કપૂરની ગોટી રૂમાલમાં બાંધી સાથે રાખવી.

પંચાંગ પાંદડીયેા, સુખડ, અગરબત્તી, લેાબાન વિગેરેમાંથી જે ઠીક પડે તે ધૂપ ઘરના દરેક ખંડમાં નિત્ય બે ત્રણ વખત કરવેા.

કોલેરાનેા રેાગ ચાલતેા હેાય ત્યારે કેટલીએક જરૂરી દવાઓ હમેશાં પેાતા પાસે તૈયાર રાખવી. કેમકે એ રેાગનેા હુમલેા ઘણુ ખરૂં રાતના ભાગમાં થાય છે. તેથી રાતમાં દવા મંગાવતાં ઘણેા વખત નીકળી જાય છે. તાત્કાલિક ઉપચાર કર્યાથી જીંદગીનેા બચાવ થાય છે અને આવા ભયંકર રેાગમાં કલાક બે કલાકની ઢીલથી મેાત આવે છે.

કોલેરાના વખતમાં ઘરમાં કેાઇને પણ એક બે નરમ–પાતળા ઝાડા થાય કે તુરત તેની દવા દેવી. ઝાડેા અટકાવનાર દવા– "**કલેારેાડીન**" (clorodyne) આપવા માટે કેટલાક પ્રસિદ્ધ ડેાક્ટર લખે છે. (આ દવા શહેરમાં અંગ્રેજી દવા વહેંચનારાઓને ત્યાં વહેંચાય છે અને દવાની શીશી ઉપર દવા આપવાનું પ્રમાણ વિગેરે વિગતથી છાપેલાં હેાય છે.) કલેારેાડીનની બાટલી હમેશાં બંધ રાખવી અને દવા વાપરવા કાઢતાં પહેલાં શીશી સારી રીતે હલાવવી. આ ઘણી ઉપયેાગી દવા છે. શરદી અને ઉધરસમાં પણ તે પ્રમાણસર આપી શકાય છે. ત્રાવણકેાર રાજ્યની રાજ્યધાની ખાતે પ્રગટ થતા "પિપલ્સ ઓપિનિયન" (People's Opinion) નામના પેપરમાં નીચેનેા લેખ પ્રગટ થયેા છેઃ—

"કોલેરાનેા કેાઇ ચેાક્સ ઉપાય હજી સુધી શેાધી કાઢયેા નથી. શરૂઆતમાંજ દવા લેવાય તેા કોલેરામાં તેમજ ઝાડામાં

સારો ફાયદો થાય. કૉલેરામાં ઝાડો થવા લાગે કે–કલોરોડીન ટીપાં પંદરથી ત્રીસ એકાદ ઔંસ (અઢી રૂપિયાભાર) પાણીમાં મેળવીને આપવાં. વારંવાર આપ્યા છતાં આ દવા અસર ન કરે તો સ્પિરિટ કેમ્ફરનાં દશથી પંદર ટીપાં આપવાં. બહુ ઉલટી થતી હોય તો પેટ ઉપર રાઇનું મોટું પ્લાસ્ટર મુકવું."

કૉલેરાના દર્દીને જોવા જવા જરૂર પડે તો તેના ઘરનું પાણી, ખોરાક અગર ચાહ બનતાં લગી નજ લેવાં. કેમકે તેથી રોગનો ચેપ લાગવા સંભવ રહે છે.

કૉલેરાનો રોગ કોઈ વખતે માનસિક ધાસ્તીથી થઇ આવે છે. માટે મનમાં કોઇ પણ જાતની બ્હીક રાખવી નહિં. કારણ કે માનસિક વિચારોથી નહિં ધારેલા અને નહિં થવાના રોગ થઇ આવે છે. તેમજ કૉલેરાના રોગ સંબંધનીજ વાતો કર્યા કરવી કે સાંભળ્યા કરવી નહિં કારણ કે તેથી પણ મનોબળ નબળું પડી જાય છે. ટુંકામાં રોગના અટકાવ માટે જેટલા ઉપાય લઇ શકાય તેટલા લઇ પછી રોગનો વિચાર સરખોએ કરવો નહિં.

કૉલેરાના રોગની શાંતિ માટે–દરેક ફળિઆના લોકોએ એકમત થઇ–સંપીને હોમ–હવન–ઉજાણીઓ કરવાં એ પણ ઠીક છે. હોમ–હવનનો પવિત્ર ધૂમાડો હવાને સુધારે છે. તેમજ ગામ બહાર ઉજાણી કરવાથી ખુલ્લી હવાનો એટલો વખત લાભ મળે છે. પરંતુ કૉલેરાના વખતમાં ઉજાણીમાં પણ વધારે પડતું–ખવાઈ તેટલું ખાવું ન જોઇએ.

કૉલેરાના દિવસોમાં દરરોજ તંદુરસ્ત માણસોએ સહવાર સહાંઝ રોગ થતો અટકાવનારી દવા જરૂર પીવી કે જેથી એ રોગ

લાગુ થવાનો સંભવ ઘણોજ ઓછો થઇ જાય.

કૉલેરાના અટકાવ માટે—લીંબુનો રસ પ્રાતઃકાળે રોજ પીવો. કૉલેરાના જંતુઓ હોજરીના રસના ખટાસવાળા ભાગથી સહેલા-ઇથી મરી જાય છે

ખાવાનું મીઠું—છૂટે હાથે વાપરવું—પણ તે એટલે દરજ્જે નહિં કે જુલાબ લાગે.

છાશ, ડુંગળી વિગેરે ચીજોનો કૉલેરાના વખતમાં છૂટથી ઉપયોગ કરવો.

કાંકચીઓ એક રોજ શેકીને ખાવો.

કાળી જીરી અથવા કૉફીનો અને સુંઠ નાંખેલી ચાહ નિત્ય પીવી.

લીંબડાનાં પાન તોલો એક, કપૂર રતી એક, શેકેલી હિંગ (વઘારણી) રતી એક—તેની ચણા જેવડી ગોળીઓ કરી રાખીને નિત્ય સહવારમાં એક એક ગોળી ખાવી.

કપૂર તોલા એકને આશરે શેર પાણીમાં નાંખી મૂકવું. તે પાણી તોલો તોલો વારેવારે પીવું. આ પ્રમાણે કપૂરનું પાણી દરરોજ પીનારને કૉલેરા, મરકી, ટાઢીયો તાવ એ રોગના જંતુ લાગુ પડતા નથી. (આ પ્રયોગ વૈદ્યરાજ ધનશ્યામ બાપુભાઇએ વડોદરાથી પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

કૉલેરાનો રોગ થતો અટકાવનારાં વિદેશી ઔષધો:-

"સલ્ફ્યુરીક એસીડ મિક્ષ્ચર" (Sulphuric Acid Mixture) એક આંઉસ ગુલાબજળમાં અગર સુવા, બાળા

કે પેપરમીટના પાણીમાં દશ ટીપાં ડીલ્યુટ સલ્ફ્યુરીક એસીડ–(Dilute Sulphuric Acid)–(નરમ પ્રકારનો ગંધકનો તેજાબ) નાખી બનાવવામાં આવે છે. રોજ સહવારે સલ્ફ્યુરીક એસીડ મિક્ષ્ચર લેવું.–મોટાં માણસે બે મોટા ચમચા (અઢી રૂપિઆભાર) પંદર વર્ષ સુધીનાંએ દોઢ મોટો ચમચો, બાર વર્ષ સુધીનાંએ ચાર નાની ચમચી, સાત વર્ષ સુધીનાંએ ત્રણ નાની ચમચી, પાંચ વર્ષ સુધીનાંએ બે નાની ચમચી અને ત્રણ વર્ષ સુધીનાંએ એક નાની ચમચી તે મિક્ષ્ચર લેવાનું છે. (બીન અનુભવિ માણસોએ આ મિક્ષ્ચર કોઇ ડોકટરના હાથેજ તૈયાર કરાવીને વાપરવું)

કોલેરાનો રોગ થયેલો મટાડનારાં વિદેશી ઓષધોઃ–

બાઇ કારબોનેટ ઓફ સોડા બાર ગ્રેન (ઘઉં ભાર) અઢી રૂપિઆભાર પાણીમાં નાંખીને દર્દીને પાઇ દેવું.

કેટલીક વખત સખત લીલી ચાહ ઉકાળીને ચમચામાં સ્પિરિટ ઓફ એમોનિઆનાં પાંચ સાત ટીપાં નાંખીને વારંવાર આપ્યાથી પણ ઘણીવાર ફાયદો થાય છે. જો ચાહ ન મળે તો કપૂરનું પાણી વાપરવું. (એક શીશીમાં પાણી ભરી અંદર કપૂરના થોડા કટકા નાંખીને થોડા કલાક તે રાખી મુકવાથી કપૂરનું પાણી તૈયાર થાય છે.) મોટા માણસને માટે આ પાણી અઢીથી પાંચ રૂપિઆભાર સુધી લેવું.

કોલેરાની ગોળીઓ–" કોલેરા પીલ્સ "–દરેક ગોળીમાં નીચે પ્રમાણે દવા હોય છે—

કેલોમેલ	૦॥ ગ્રેન,	(૦॥ ઘઉં ભાર.)
કપૂર	૦॥ ગ્રેન,	(,, ,,)

ક્વિનીન	૨	ગ્રેન,	(૨ ઘઉં ભાર.)
એસીટેટ ઑફ લેડ	૨	ગ્રેન,	(,, ,,)
એરોમેટીક પાઉડર	૧	ગ્રેન,	(૧ ,,)
એસેટિક આસીડ	૧	ટીપું.	

ઉપલી દવાઓ એકઠી કરીને જરા પાણી લઇને આ ગોળીઓ બાંધવામાં આવે છે દક્ષિણ હિંદુસ્તાનમાં તે ગોળીઓ "ર્હર્સન્સ પીલ્સ" ને નામે ઓળખાય છે. તે ગોળીઓ વિષે એવી સૂચના આપેલી છે કે—ચારથી છ વરસની ઉમ્મરનું બાળક હોય તો અરધી ગોળી લઇનિ ભૂકો કરીને પાતળી કાંજીમાં હલાવી નાંખવી. પછી તેવી કાંજી દર અરધે અરધે કલાકે આપવી. કૉલેરાનો હુમલો વધારે સખત હોય તો પા પા કલાકે આપવી, અને ઝાડો, ઉલટી બંધ થાય ત્યાં સુધી આપ્યા કરવી. ચારથી છ વરસનાં બાળકને વધારેમાં વધારે ચાર ગોળી આપવા. સાતથી પંદર વરસની ઉમ્મરનાં બાળકને એક આખી ગોળી એકી વખતે આપવી, અને તેને આઠ ગોળીઓ અપાય ત્યાં સુધી હરકત નહિં. મોટાં માણસને એકી વખતે બે ગોળી આપવી અને તેને બાર ગોળી સુધી આપવામાં હરકત નથી.

ઉત્તર હિંદુસ્તાનમાં વપરાતી ગોળીઓનું પ્રમાણ નીચે પ્રમાણે છેઃ—

હીંગ (વઘારણી)	૧॥ ગ્રેન,	(૧॥ ઘઉંભાર.)
મરચાં	૧ ગ્રેન,	(૧ ,,)
અફીણ	॥ ગ્રેન,	(॥ ,,)

એક પાતળો જુલાબ થાય એટલે આમાંની એક ગોળી આપવી.

ઇંડીગલની દવાશાળામાં જે ગોળીઓ વપરાય છે તેનું પ્રમાણ નીચે પ્રમાણે છે—

એસીટેટ ઓફ લેડ	૧॥	ગ્રેન	(૧॥ ઘઉં ભાર.)
કપુર	૧॥	ગ્રેન	(,, ,,)
અફીણ	૦॥	ગ્રેન	(૦॥ ,,)
સુંઠ	૦॥	ગ્રેન	(,, ,,)
લવીંગ	૦॥	ગ્રેન	(,, ,,)
તજ	૦॥	ગ્રેન	(,, ,,)

આ બધી દવાનો બારીક ભૂકો કરીને પાણીથી ગોળી વાળવી. (ડૉકટર બર્ચ—" કૉલેરાની ગોળીઓ " અને " કૉલેરા મિક્ષ્ચર " કે જેમાં અફીણ વધારે હોય છે તેથી બાળકને નુકશાન થવાનો સંભવ રહેતો હોવાનું કહી બાળકને અફીણવાળી દવાઓ ન આપવા સલાહ આપે છે.)

ઝેરી જંતુ નાશ કરવાના દેશી ઉપાયો:-

ગોમૂત્ર છાંટવાથી ઝેરી જંતુ નાશ પામે છે.

જ્યાં જંતુ નાશક બીજી દવા ન મળી શકે ત્યાં તેને બદલે સાફસુફ કરવા માટે મોરથુથુનું પાણી પણ વાપરી શકાય છે.

ઝેરી જંતુ નાશ કરવાના વિદેશી ઉપાયો:-

" લીટલ ફીનાઇલ " (Little's Phynyle) ની તૈયાર શીશીઓ બજારમાં વહેંચાતી મળે છે તેમાંથી—એક ભાગ ફીનાઇલ તથા નવાણું ભાગ પાણીનું મિશ્રણ બનાવી વાપરવું.

ત્રણ ભાગ "સનલાઇટ સોપ" નામના સાબુને પંદર ભાગ પાણીમાં નાંખી ઉકાળવો. પછી થોડુંક ઘાસલેટ લઇ તેને બહુજ સંભાળથી સહેજ ગરમ કરવું. ત્યાર બાદ તેને ધીમે ધીમે ઉપર કહેલું સાબુનું પાણી ચુલા ઉપરથી ઉતારી રાખેલું હોય તે તેમાં ઉમેરતાં જવું અને ખૂબ હલાવતા જવું. પુરતું તેલ નંખાશે એટલે સફેદ લાહી જેવું મિશ્રણ "કેરોસીન ઓઇલ ઇમલશન" (Kerosine Oil Emulsion) થશે, આ મિશ્રણનો એક ભાગ લઇ તેને વીશ ભાગ પાણીમાં મેળવી તે ઉપયોગમાં લેવું.

કૉલેરાના વખતમાં ઉપયોગી ધુપ-ધુમાડા:—

ગંધક—નિત્ય બાળવો ફાયદાકારક છે. તેથી કૉલેરાના જંતુઓ મરી જાય છે. ઘરનાં બારી બારણાં બંધ કરી તેમાં ગંધકનો ધૂમાડો કરી બહાર નીકળી જવું અને ધૂમાડો થઈ રહે ત્યારે બાર ખોલી ઘરમાં જવું અને બારી બારણાં ઉઘાડી નાંખવાં.

ગંધક, લોબાન, ગુગલ, સુખડ અને લીંબડાનાં પાન—એ પાંચ ચીજોને એકઠી ખાંડીને તેનો ધૂમાડો ઉપર પ્રમાણે નિત્ય કરવાથી ઘરની હવા શુદ્ધ થાય છે.

કૉલેરાના વખતમાં ઉપયોગી ત્રાંબાનું તાવીજ:-

ત્રાંબાના પત્રા ઉપર મંગળનું યંત્ર ચિત્રીને તે શરીરે આતરડા ઉપર રહે એવી રીતે ગળામાં પહેરવું. ત્રાંબાનો કટકો આરસ ચોરસ બે ઇંચનો હોવો જોઇએ. (આ પ્રયોગ ઝાડેશ્વરવાળા પ્રસિદ્ધ વૈદ્યરાજ અમૃતલાલ પટ્ટણીએ પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

(ત્રાંબામાં ઝેરી જંતુઓ મારવાનો ગુણ રહેલો હોવાનું કહેવાય છે અને તેથી ત્રાંબાનું પત્રું શરીરે ઘસાતું રહેવાથી શરીરનાં છિદ્રો દ્વારા આંતરડાં ઉપર અસર થઇ ફાયદો થઇ શકે છે. વળી આવા પ્રયોગથી પણ ભીરૂ-બ્હીકણુ સ્વભાવનાં લોકોમાં એક પ્રકારની ધીરજ અને હિમ્મત રહે એ પણ દેખીતું છે.)

કેટલાક ડોકટરોએ કોલેરાના રોગ ઉપર ખાસ ઉપયોગી ઠરાવેલાં કેટલાંક ઓષધોઃ-

ડોકટર હેનીમાન—કૉલેરાની શરૂઆતમાં દર્દીને ઝાડા, ઉલટી થાય ત્યારે દશથી પંદર પંદર મિનિટે કપુરના અર્કનાં પાંચ પાંચ ટીપાં પતાસાં કે સાકરના ગાંગડા ઉપર નાંખી બે કલાક સુધી આપવાથી શરીરમાં ગરમી આવવાનું, ઝાડો, ઉલટી બંધ થઇ જવાનું, અને દર્દી જોખમમાંથી બચી જવાનું કહે છે.

ડોકટર રૂબીની— „

ડોકટર રે—ગંધકનો ઉપયોગ કરવા કહે છે.

ડોકટર હેરીંગ— „

ડોકટર રીચર્ડ—ત્રાંબું અને વીરેટ્રમની હોમિયોપેથીક રીતે ભલામણ કરે છે.

કૉલેરાનો રોગ થતો અટકાવવા માટે તથા થયેલ રોગ મટાડવા માટે ઘણા લોકોમાં વિશ્વાસથી વપરાતી તૈયાર મળતી કેટલીક દવાઓ વિગેરે અને તે મળવાનાં ઠેકાણાંઃ—

ડા. બર્મનનો કપૂરનો અર્ક.
ડૉ. એન. હોલનું કૉલેરા રક્ષક.
આચોનિક ફાર્મસીનાં જર્મીસાઈડ (કૉલેરા થતો અટકાવવા માટે) કૉલેરા સોલ્યુશન (કૉલેરા થયેલ મટાડવા માટે.)
ડૉ. બાટલીવાલાનું કૉલેરોલ.
કેમ્પ કમ્પનીનું કૉલેરા મિક્ચર તથા કલોરોડીન.
ફ્રિમેનનું કલોરોડીન.
કૉલિસ બ્રાઉનનું કલોરોડીન.
પેટર્સનની કૉલેરાની ગોળીઓ.
પેરીડેવિસનું પેનકિલર.
પાર્ક, ડેવિસ અને કંપનીની—પોટેશિયમ—પરમેન્ગેનેટ પીલ્સ(ગોળીઓ.)

આ બધી તૈયાર દવાઓ તે તેના બનાવનારાઓ પાસેથી તેમજ મોટા શહેરોમાં અંગ્રેજી દવા વહેંચનારાઓને ત્યાંથી મળી શકે છે.

આ લેખમાં જણાવવામાં આવેલાં દેશી ચૂર્ણો વિગેરેની તૈયાર બનાવટો.

મુંબઇ, "ઝંડુ ફાર્માસ્યુટિકલ વર્કસ" તથા અમદાવાદ "ગુજરાત આયુર્વેદિક ફાર્મસી" માંથી તેમજ તેમની મોટા શહેરોની એજન્સિઓમાંથી મળી શકે છે.

(દેશી–વિદેશી બનાવટનાં તૈયાર મળતાં દરેક ઔષધ સાથે તે વાપરવાની સમજણ આપેલી હોય છે.)

કૉલેરા સંબંધી શરૂઆતથી તે અત્યાર સુધીની સંપૂર્ણ વિગતો અને શોધો સંબંધી અંગ્રેજીમાં ઘણા વિસ્તારથી લખાયલું વાંચવા લાયક પુસ્તક "Cholera and Its Treatment" છે.

આ પુસ્તકના કર્તા—Dr. Leonard Rogers, M.D., F. R. C. P., F. R. C. S., B.S., I. M. S. છે અને તે–Smith, Stanistreet & Co., Calcutta થી મળી શકે છે.

કૉલેરાના રોગને લગતાં અગત્યનાં ઇંગ્રેજી તથા ગુજરાતી પુસ્તકો વિગેરે.

List of the more Important Works on Cholera:-

1. Cholera and Its Treatment—
By Leonard Rogers,
M. D., F. R. C. P., F. R. C. S., B. S., I. M. S.

2. Report on the Epidemic Cholera Morbus—
By James Jameson.

3. An Essay on the Epidemic Cholera of India.
By Reginald Orton.

4. Sketches of the most prevalent diseases of India
By James Annesley Esquire.

5. Notes on the Epidemic Cholera—
By R. Hartley Kennedy, M. D.

6. A Treatise on the Epidemic Cholera—
By Frederick Corbyn.

7. A Practical Account of the—Epidemic Cholera—
By William Twining

8. On Epidemic Cholera, Diarrhœa and Cholera, their pathology and treatment, with a record of cases— *By George Johnson.*

9. Epidemic Cholera–*By Charles Morehead.*

10. Cholera in its home–*By John Macpherson, M.D.*

11. Article, on Epidemic Cholera in Reynold's System of Medicine. *By Edward Goodeve*

12. A Treatise on Asiatic Cholera–*By C. Macnamara.*

13. A History of Asiatic Cholera–*By C. Macnamara.*

14. Annals of Cholera–*By John Macpherson.*

15. Asiatic Cholera–*By N. C. Macnamara.*

16. Asiatic Cholera–Its History, Pathology and Modern Treatment, *By A. J Wall, I. M. S.*

૧ કૉલેરા, પ્લેગ અને બીજા ચેપી રોગો–કર્તા–પ્રાણજીવન જગજીવન મહેતા, એમ. ડી.

હે અવિનાશી ! અવનિમાંથી–અહંકાર, અદેખાઇ, અસંતોષ, અજ્ઞાન અને અકાલ મૃત્યુ ઓછાં કર.

परमात्मा जगत्‌नुं कल्याण करो.

સમાપ્ત.

દરેક કુટુંબમાં વંચાવા લાયક—યુવતીઓ માટે નીતિ વાંચનનો ઝરો—

(દોહરો.)

નીતિ વાંચન વાંચીને, નિર્મળ જીવન થાય;
મન સુધરે બુદ્ધિ ખીલે, કુટુંબ કલહો જાય.

પણ અસમાન લગ્નનો પોષક છે. પ્ર. ૫ મું-બાળ લગ્નથી થતી હાણ. પ્ર. ૬ ઠું-લગ્ન સંબંધે વિચારવા જેવી બાબતો. પ્ર. ૭મું-કન્યા તરફથી લગ્ન વખતે લેવાતી પ્રતિજ્ઞાઓ (સપ્તપદી) પ્ર. ૮ મું-પત્ની ધર્મ-પત્નીની પતિ પ્રત્યે ફરજ. પ્ર. ૯ મું-પત્ની, પતિને કેવી રીતે પૂર્ણ વશ કરી શકે ! પ્ર. ૧૦ મું-સ્ત્રીને, સાસરૂં શી રીતે સુખરૂપ થાય ! પ્ર. ૧૧ મું. પરણ્યા પછી પિયરીયાં તરફ કેવી રીતે વર્તવુ જોઇએ ! પ્ર. ૧૨ મું-સાસરિયાંએ વહુ તરફ કેવું વર્તન રાખવુ જોઇએ ! પ્ર. ૧૩ મું સૌભાગ્યવતી સ્ત્રીઓના વ્રત નિયમની સફળતા શાથી થાય ! પ્ર. ૧૪ મું-નીતિમય સંગીતથી સ્ત્રીના તનમન ઉપર થતી ઉમદા અસર. પ્ર. ૧૫ મું-સ્વચ્છતા અથવા સુઘડતાનાં શોખીન થવાથી શરીરને થતા લાભ. પ્ર. ૧૬ મું-તરૂણીઓએ સહવારમાં વહેલાં ઉઠવાથી થતો ફાયદો. પ્ર. ૧૭ મું-તરૂણીઓએ રાખવી જોઇતી ઉત્તમ ગૃહવ્યવસ્થા. પ્ર. ૧૮ મું-તરૂણીઓએ પાકશાસ્ત્રમાં પ્રવીણ થવાથી જરૂર, તે પર આપવું જોઇતું ધ્યાન અને ખોરાક માટે રાખવી જોઇતી સંભાળ. પ્ર. ૧૯ મું-આહાર વિહારમાં નિયમિત રહેવાથી મળતા લાભ. પ્ર. ૨૦ મું-રજોદર્શન (અટકાવ), સગર્ભાવસ્થા અને સૂવાવડના થતા જીવલેણ રોગો તરફ તરત ધ્યાન આપવાની જરૂર. પ્ર. ૨૧ મું-તરૂણીઓએ ઉદ્યમી થવાથી થતા લાભ; અવકાશને વખતે શું કરવું જોઇએ ! પ્ર. ૨૨ મું-તરૂણીઓએ કરકસરથી રહેવાથી થતો ફાયદો; સંતોષ એજ ખરૂં સુખ. પ્ર. ૨૩ મું-દેણા (કરજ) થી વળતો દાટ. પ્ર. ૨૪ મું-અનુકમ્પા (દયા) પરોપકાર કરવો એજ પુણ્ય અનેક અવરને દુઃખ દેવું એજ પાપ. પ્રકરણ ૨૫ મું-

અપર માતાની પદવી ભોગવતી તરૂણીઓનું વર્તન કેવું જોઇએ ! પ્ર. ૨૬મું–પાડોશી તરીકે કર્ત્તવ્ય પ્ર. ૨૭ મં–પરોણા (મેહેમાન) સત્કાર. પ્ર. ૨૮ મું–તરૂણીઓની ચાકર સાથેની વર્તણુક પ્ર. ૨૯ મું–તરૂણીઓનું પરપુરૂષ પ્રત્યેનું વર્તન પ્ર. ૩૦ મું–કોઈ પણ ટેવને અતિ આધીન થવાથી યુવતિઓની થતી કફોડી. સ્થિતિ પ્ર. ૩૧ મું–તરૂણીઓને રખડવાની ટેવથી થતાં નુકસાન. પ્ર. ૩૨ મું–સારી નઠારી સોબત, તેની અસર અને પરિણામ. પ્ર. ૩૩ મું–સન્નારીઓની સભામાં ભાગ લેવાથી સ્ત્રીઓને થતા લાભ. પ્ર. ૩૪ મું–સ્ત્રીઓએ શું ! અને કેવી રીતે વાંચવું ! પ્ર. ૩૫ મું–કેટલાક અણઘટતા રીવાજો. પ્ર. ૩૬ મું–મંદવાડ સમય સ્ત્રીની ઉપયોગીતા, અને દરદીની માવજત સંબંધે ખાસ લક્ષમાં રાખવા જેવી બાબતો (આ પ્રકરણમાં સ્ત્રીની સ્વાભાવિક યોગ્યતા, દરદીનો ઓરડો, દરદીનું ફર્નીચર, દરદીના ઓરડામાં છુટ હવા અને અજવાળું, દરદીને જોવા આવનારાઓની વધુ ભીડથી થતાં નુકશાન, સૂર્ય પ્રકાશના ફાયદા, દીવાની રોશની, દરદીને લગતી ચીજોની સાફસુફ, ડૉક્ટરની પસંદગી અને ઈલાજ, ડૉક્ટર, દવા અને દરદીની સ્થિતિ, દરદીની સાથે કેવું વર્તન રાખવું, અને દરદીના ખોરાક પોષાક વગેરેની વ્યવસ્થા વગેરે અતિ અગત્યના વિષયો સહેજસાજ ગુજરાતી ભણેલી સ્ત્રીઓ પણ સહેલાઇથી સમજી શકે એવી રીતે લખવામાં આવ્યા છે.) પ્ર. ૩૭ મું–સ્ત્રીની શ્રેષ્ટતા. પ્ર. ૩૮ મું—સદ્વર્તની સુન્દરીઓ માટે સાક્ષરોના મતો (કુલીન કાન્તાઓની કિંમત આ એકજ પ્રકરણના વાંચનથી થઇ શકે તેમ છે.) પ્ર ૩૯ મું–સુખદાયક શીખામણો. (આ પ્રકરણનું ધ્યાનપૂર્વક

વાંચન–મનન શ્રીમન્ત કે ગરીબ દરેક સ્ત્રીને સુસખીરૂપ થઇ પડે તેમ છે.) આ બધા મુખ્ય વિષયોમાં અનેક બીજી નાની નાની સ્ત્રીઉપયોગી બોધક બાબતોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. ગુજરાતી સિવાય હિન્દી તથા મરાઠી ભાષામાં આ પુસ્તક છપાવવા માગણી થઈ છે એજ તેની વિશેષ ઉપયોગીતાનો પૂરાવો છે.

વિદ્વાન ડૉકટરોએ ઉત્તમ અભિપ્રાયો આપેલાં સર્વોપયોગી પુસ્તકો:—

(૧) ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા ફીવર સંબંધી ઉપયોગી માહિતિ, સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ–કિં. આના આઠ, વી.પી. પી. ખર્ચ જુદું.)

(૨) સર્પ દંશમાં તાત્કાલિક ઉપચાર (કિંમત આના ત્રણ, વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)

(૩) વીંછી ડંખના તાત્કાલિક ઉપચાર (કિંમત આના બે, વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)

(૪) શીતળા, ઓરી, અછબડા સંબંધી ઉપયોગી માહિતી સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ—(કિ. આના અઢી. વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)

(૫) દરદીની આવજત—(કિંમત આના ત્રણ, વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું)

(૬) મરકી (પ્લેગ) સંબંધી ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ—(કિંમત આના આઠ, વી.પી. પી. ખર્ચ જુદું.)

ઉપર જણાવેલાં પુસ્તકો મળવાનું ઠેકાણું—

નટવરલાલ કનૈયાલાલ વૈષ્ણવ.

જુનાગઢ—(કાઠિયાવાડ)

This is to certify that Natwarlal K. Vaishnav has attended an Examination at the Junagadh State Centre of the St. John Ambulance Association, and has been found qualified to render " First Aid to the Injured.

(Sd.) H. M. BHATT, Local Hon. Secretary.

(Sd.) HUGH RENDALL, President of Centre.

(Sd) NARSHEE T. MEHTA, L. M. & S, Chief Medical Officer, Junagadh Surgeon Examiner

No. 567/N.

Indian Headquarters, St. John Ambulance Association, Simla, 1st August, 1915.

HOME HYGIENE CERTIFICATE.

This is to certify that **Natwarlal K. Vaishnav** ha attended a course of Elementary Instruction in Hom Hygiene at the Junagadh Centre of the St. Joh Ambulance Association, and has passed the Examina tion

(Sd.) **H. D. Rendall, I C.S.**, President of Centre.

(Sd.) **Shivshanker V. Dav** Lecturer.

(Sd.) **H. M Bhatt.** Local Hon. Secretary.

(Sd). **Narshee T. Mehta**, C. M. O. J. S. Examine

No. 240/N-16.

St. John's Gate, Clerkenwell, London E. C.

23-7-1916.